Sept Lettres

pour le développement secret des Pouvoirs de l'Âme

UN OUVRAGE TRÈS SÉRIEUX et plein d'humour à la fois sur le Cheminement Spirituel Individuel. En effet, il offre un Enseignement précieux et rigoureux sur le développement supérieur de l'Esprit et des pouvoirs mystérieux de l'Âme que l'on peut tous exprimer ici-bas. ***Éminemment pratique***, ce livre est élaboré de manière à ce que tout Débutant puisse commencer et progresser seul sur ce Chemin, EN SEPT ÉTAPES bien structurées, sans l'aide d'un Maître, en faisant ***des exercices d'une rare pertinence*** dans ce domaine ; quant à l'étudiant avancé en Hermétisme, il trouvera ***beaucoup de chaînons manquant*** à son travail et sera surpris de la qualité et de l'efficacité de ce qui y est divulgué.

Ces « Lettres » promulguent, sans aucun doute, avec ***les ouvrages de Franz BARDON***, les meilleurs exercices pour atteindre une plus haute Connaissance et Sagesse.

Georg LOMER est né en 1877 dans une famille aisée résidant à Loosten en Allemagne. En 1901, il devint médecin, puis se spécialisa en psychiatrie et connut Sigmund FREUD et Carl G. JUNG ; toutefois, très jeune, il s'adonna aussi aux Sciences dites « Occultes » dans des domaines aussi variés que l'astrologie, la chiromancie, la graphologie, l'oniromancie, etc., en étudiant et en pratiquant les Enseignements ***Théosophiques***, remis en exergue et complétés par H. P. BLAVATSKY à la fin du dix-neuvième siècle.

Il œuvra pour la dignité humaine et la liberté des peuples et en fut puni par deux détentions dans un camp nazi au cours de la dernière Grande Guerre Mondiale. Il est difficile de connaître quels sévices il subit mais nous savons que sa santé en resta définitivement altérée. Il continua à exercer la médecine et à écrire des articles et des livres jusqu'à la fin de sa vie, en 1957.

Il écrivit de nombreux ouvrages dont celui qui est traduit ici et présenté en langue française : il a le mérite d'être « très pratique » dans le sens où en Sept Étapes de grands progrès peuvent être fait sur le Sentier Spirituel.

9782950145918

ALEXANDRE MORYASON ÉDITEUR
Boite Postale 175
F 92406 - Courbevoie Cedex (France)

Photo de couverture
Dr. Georg LOMER
© Alexandre Moryason

Sept Lettres pour le développement secret des Pouvoirs de l'Âme

Dr. Georg Lomer

Sept Lettres

pour le développement secret des Pouvoirs de l'Âme



DR. GEORG LOMER

Sept Lettres

sur le développement secret

des Pouvoirs de l'Âme

2001

ALEXANDRE MORYASON, ÉDITEUR

Titre de l'édition originale en langue allemande :
« LEHRBRIEFE ZUR GEISTIGEN SELBSTSCHULUNG »
Première édition en langue allemande, 1930

Deuxième édition en langue allemande
© DIETER RÜGGEBERG – 1997 – ISBN 1885928092

Traduit et annoté en français par
© ALEXANDRE MORYASON, 2001

Première Édition en langue française, 2001
par ALEXANDRE MORYASON ÉDITEUR, Courbevoie, France

ISBN 2-9501459-6-5

La photo de couverture est extraite d'un article de H. W. Duphorn, paru en 1953 dans la revue „*Kosmobiologie*" et intitulé „*Ein Besuch bei Dr. Georg Lomer*"

« Nous respirons tous l'Immortalité et ne le croyons pas... Nous cheminons tous dans la Lumière Éternelle et ne le voyons pas... Vient pour chacun de nous le Grand Retour à l'Univers, la Mère de toute Vie. »

Georg Lomer[1]

1. *Phrase dite par Georg LOMER à H.W. DUPHORN qui était venu lui rendre visite en 1953 à Bad Pyrmont (Allemagne).*

QUI ÉTAIT GEORG LOMER ?

Aperçus sur une vie riche et utile à l'humanité (1877-1957)

Avec nos remerciements à Madame Claudia von SCHIERSTEDT pour sa participation à la recherche documentaire.

NOUS N'AVONS PAS, en France, d'éléments d'information sur la vie de Georg LOMER. Cette carence pourrait s'expliquer par le fait que notre auteur était allemand et que ses écrits, rédigés en cette langue, n'eurent pas le bonheur de franchir encore nos frontières.

Pourtant ses activités de médecin psychiatre (qu'il exerça pendant 32 ans), ses accointances avec des personnalités de son temps, ses ouvrages, ses nombreuses Conférences en Allemagne et en Autriche avant la Seconde Guerre Mondiale, lui valurent respect et célébrité.

Bien qu'exerçant une profession valorisée qui lui donnait une position sociale certaine et garantissait, au regard des intellectuels de cette époque, le caractère sain de ses facultés mentales, il commença, dès 1914 — à l'âge de 36 ans — à promouvoir des Sciences peu conventionnelles susceptibles d'éclairer les ressorts cachés de l'âme humaine auxquelles il offrait depuis longtemps sa vie : Graphologie, Chiromancie, Oniromancie, Spiritisme, Symbolisme, Hypnose, etc. En cette première moitié du XXe siècle, ses recherches s'intégraient, en fait, dans cette grande mouvance

qu'était la découverte des mystères cachés de la Psyché qui fascinaient aussi bien Sigmund FREUD,[2] qu'il connut, que Carl G. JUNG.

L'Astrologie aussi attira une attention assidue de sa part dès 1917 à la suite de sa rencontre avec le grand Astrologue allemand, Albert KNIEPF[3] dont une prédiction personnelle se réalisa dans l'année même. Celui-ci, considérant le thème astrologique de Georg LOMER, annonça le décès d'un proche, suivi d'une crise familiale, pour la période du 17 au 20 février 1917 ; ce fut le père de notre auteur qui mourut effectivement le 19 février de cette année-là, laissant sa famille dans des problèmes financiers car aucun testament n'avait été fait.

Dans les années « vingt » du siècle dernier sa renommée dépassait les cercles fermés des psychologues et des chercheurs en matière de Sciences dites « paranormales ». En effet, les thèmes développés dans ses Conférences interpellaient un public de plus en plus vaste, ce qui révélait bien que le Positivisme et le Scientisme qui s'efforcèrent tant d'enfermer la pensée humaine dans la seule considération de la « matière » avaient échoué devant le déferlement des études spirites en vogue au XIXe siècle mais aussi et surtout devant l'émergence, dans le dernier quart du XIXe siècle, de la Théosophie Antique par l'entremise de H.P. BLAVATSKY.[4] Ces thèmes étaient « *Les morts qui reviennent* »,

2. *NdT. – Contemporain et confrère de Sigmund FREUD, Georg LOMER a laissé son nom attaché à de nombreuses publications en Psychiatrie :* **"Freud and Psychoanalysis. Reviews of Psychiatric Literature"**. *In : Jung, C. Collected Works of C.G. Jun, Vol. 18. Princeton University Press, 1976. 904p. (374-387). Les auteurs d'articles en Psychiatrie, mentionnés pour la période allant de 1906 à 1910 sont : F.C.R. ESCHLE, P. DUBOIS, Georg LOMER, E. MEYER, et Sigmund FREUD.*

3. *NdT. – Albert Friedrich Wilhelm KNIEPF. (1853-1924) : journaliste, écrivain, critique littéraire et philosophe allemand. Il s'intéressa, dès le début des années 1890, aux Sources de l'Astrologie, notamment dans la Traditions du Zend-Avesta. De son vivant, il était célèbre auprès du grand public comme une autorité en Astrologie. Il fit des centaines de prédictions qui se réalisèrent parmi lesquelles le naufrage du Titanic.*

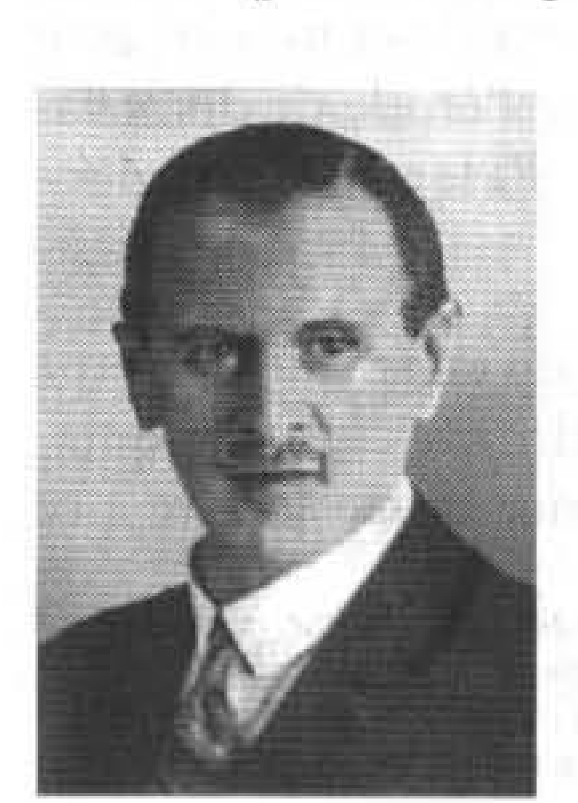
« *Les prochaines catastrophes mondiales* », etc. Ce dernier débat, proposé en Conférence, avait fait l'objet d'un livre qu'il écrivit en 1921 et qui se référait à l'Atlantide, Continent qui s'est progressivement englouti dans l'Océan Atlantique[5] et dont la dernière île émergée, l'Île Poséidonis, après des convulsions de plusieurs jours, sombra en une nuit de l'an 9.564 av. J.-C. Georg LOMER affirmait que l'Atlantide commençait à remonter, appuyant ce propos sur l'étude de deux savants enseignant à l'Université d'Harvard, les docteurs LIAR et DELUDER.

Il nous est aisé de comprendre qu'en ce qui concerne une Quête plus personnelle, d'ordre mystique et initiatique, et l'étude d'une Connaissance restée secrète à ce

4. *NdT. – « THÉOSOPHIE » : en grec « la Sagesse Divine ». Connaissance des Choses Divines. Système élaboré à l'effet de :*
1 – étudier les mystères de l'Univers afin de démontrer l'unité sous-jacente à tous les systèmes philosophiques et religieux de quelque culture ou tradition que ce soit ;
2 – préparer l'étudiant, par une transformation de sa structure profonde, à accéder à cette Connaissance. Bien que ce concept semble remonter — selon Diogène LAËRCE (Diogenès Laertios, écrivain grec du IIIe s. av. J.-C.) — à un prêtre égyptien POT-AMON (IV-IIIe s. av. J.-C.), le terme « Théosophie » et le système qu'il implique resurgissent dans le cadre de l'École Néo-Platonicienne, au IIe s. ap. J.-C. et commencent à être cités par PORPHYRE (vers 234-305) et de nombreux auteurs païens. Après l'éviction du Néo-Platonisme au VIe s. de notre ère par l'Église, la Théosophie, au sens antique de ce terme et avec la pensée qui la sous-tend, resurgit véritablement dans le dernier quart du XIXe siècle à travers l'œuvre de H.P. BLAVATSKY (1831-1891). C'est donc dans les écrits de cette dernière que peuvent aujourd'hui se trouver les références démystifiées les plus authentiques en matière de Sciences Occultes.

5. *NdT. – L'Atlantide était, il y a de cela des centaines de milliers d'années, un immense contient dans l'Océan Atlantique. Bien qu'ayant de très nombreuses preuves de l'ancienne existence de ce Continent, les scientifiques de la deuxième moitié du XXe siècle — et ceux d'aujourd'hui — nièrent les travaux de leurs collègues, effectués pendant les décennies précédant le Second Conflit mondial ; nos savants suivent ainsi et sans le savoir, la mentalité matérialiste qui valut à l'Atlantide sa « mort ». Des cataclysmes terribles frappèrent l'Atlantide : 800.000 ans av. J.-C., puis 200.000 ans av. J.-C. Vinrent ensuite deux autres catastrophes qui la disloquèrent complètement : l'une vers 80.000 av. J.-C. qui laissa émergée seulement une petite parcelle (en comparaison de ce que fut l'Atlantide), appelée par Platon « Poséidonis » et située au large des côtes portugaises (les Açores en sont des vestiges), l'autre, la catastrophe finale, vit l'engloutissement de Poséidonis ; après des convulsions de plusieurs jours, elle sombra en une nuit de l'an 9.564 av. J.-C.*

jour, Georg LOMER en avait trouvé les fondements dans les idéaux philosophiques et les Révélations divulguées sous le nom de « Théosophie ». En effet, Georg LOMER était Théosophe et c'est à ce titre qu'il assuma, dès 1923, la parution de la Revue Théosophique « *Vers la Lumière* » *(Zum Licht)* ; il acquit celle-ci quatre ans plus tard, en 1927, à sa mise en vente ; il en transforma alors le titre qui devint « *Asgard* »[6] ; cette revue parut sous ce titre jusqu'en 1941.





Quant à sa vie personnelle, cette dernière reste encore peu connue. Il naquit, nous le savons, dans une famille aisée de Loosten, petite ville située près de Wismar en Allemagne, le 12 septembre 1877 à 23h40. Après une enfance heureuse et la fréquentation des Écoles de Lübeck puis de Francfort sur le Main, il étudia la Médecine à Berlin de 1896 à 1901.

Diplômé, il commença à exercer cette profession en qualité de médecin militaire du Premier Régiment du Prince hériter puis auprès du professeur Von RENVERS, médecin personnel de l'Impératrice. En 1903, il entama une carrière dans la Psychiatrie qu'il assuma pendant trente-deux années, nous l'avons déjà précisé, dans divers grands hôpitaux et également en Cabinet de consultations privées.[7]

Il épousa en février 1909 Selma KIEBURG. Ce mariage fut heureux et devait durer jusqu'à un âge avancé de la vie des deux conjoints.

6. *NdT. – « Asgard » était, dans la Mythologie nordique, la Cité céleste où résidaient les Dieux.*

La souffrance ne lui fut pas épargnée. Arrêté par la Gestapo en 1937, il fut expédié pour quelques mois dans le camp de Fuhlsbüttel dont il sortit le 9 avril de cette même année ; tout travail de Conférencier lui fut interdit ; il pouvait continuer de publier la revue Théosophique « *Asgard* » mais chaque parution devait être soumise à la censure imposée par le Dr GOEBBELS.

Il fut arrêté une seconde fois en juin 1941 : la plupart de ses écrits furent alors confisqués, sa maison et son Cabinet mis sous scellés et la parution « *d'Asgard* » interdite. La ruine était là ; il ne pouvait plus exercer la Médecine ; le « plan noir » des Nazis à l'encontre de Georg LOMER réussit, comme il réussit provisoirement à l'encontre de toute expression positive et « humaine ».

Il est difficile de connaître quels sévices il subit lors de son premier enfermement, en 1937 ; toutefois nous savons qu'à partir de cette année, fatidique pour lui, sa santé entra dans une phase de dégradation constante. Six ans plus tard, en 1943, il sombra dans une anémie très pernicieuse et resta alité pendant une année et demie ; son entourage crut sa fin prochaine.

De cette période dramatique, il garda des problèmes nerveux mais son travail scientifique put continuer sans en pâtir ; en effet, dès 1951, alors qu'il était âgé de 74 ans, il publia plus de six ouvrages et remania l'ancienne édition de ceux qu'il avait écrits avant ce grand conflit mondial.

À partir de 1937, il s'installa définitivement dans cette si belle région thermale de la Saxe Inférieure, à

7. *NdT. – Au cours de celle-ci, il dirigea, pendant la Première Guerre Mondiale, le sanatorium Woltorf, près de Brunswick, puis il exerça dans le sanatorium Schwartau près de Lübeck jusqu'en 1917 ; il partit ensuite à Hanovre et y resta jusqu'en 1935 en tant que neurologue ; il se fit alors connaître comme spécialiste de l'Hypnose et de Psychothérapie.*

Bad Pyrmont, et — excepté le temps que lui ravirent ses deux captivités — il y vécut jusqu'à sa mort, survenue le 11 mars 1957, dans sa quatre-vingtième année.



Georg LOMER laissa des œuvres maîtresses dont les titres sont donnés à la fin de cet ouvrage. Celles-ci tendent toutes à promouvoir, avec beaucoup d'humour mais aussi de rigueur, la valeur de l'Intelligence, don Divin à l'être humain, et la nécessité de sa mise en œuvre, pour une Libération des pénibles conditions humaines ; l'éthique qu'il prône, qui est celle de tous les hommes et femmes de Bien, s'appuie, en outre, sur une ascèse digne des grands Initiés.

C'est un honneur pour le traducteur que de présenter et d'éditer en langue française un des ouvrages de Georg LOMER, celui où notre auteur propose à tout un chacun une démarche sûre, identique à celle de tous des Adeptes, et s'alliant donc très bien aux exercices divulgués par Franz BARDON, pour suivre le Chemin de la Remontée vers l'Esprit.

Alexandre MORYASON
Juillet 2001

PREMIÈRE LETTRE

LÈVE-TOI ET DEVIENS LUMIÈRE !

INTRODUCTION

CHER LECTEUR[8], ces Lettres[9] sont destinées à t'enseigner, à reconnaître, à réveiller, à développer et à employer les Pouvoirs secrets les plus subtils et les plus élevés qui sont en toi. L'être humain « ordinaire », celui qui n'est doté ni d'un esprit vif ou éveillé, peut être comparé à un rocher qui n'a pas encore été frappé par la baguette qui fait jaillir l'eau vivante. Pour certains, les expériences pénibles et les catastrophes de la vie agissent de la même façon. D'autres ont de bonnes capacités d'observation, ils s'immergent en une contemplation des circonstances que leur présente la vie quotidienne et, considérant le long terme, ils font de même pour ce qui est du destin d'autrui. Tôt ou tard, cette attitude suscitera en eux un réveil. Beaucoup, cependant, conservent jusqu'à leur mort physique l'idée enfantine que les êtres humains ne sont rien de plus que des animaux fortement développés et que le devoir et le but de la vie résident dans le fait de se nourrir, de procréer et de conduire les affaires de l'existence. La ligne démarquant l'animal de l'être humain, Cher Lecteur, passe, en réalité, directement par le milieu de l'état de développement actuel de l'humanité.

8. *NdT. – La rédaction et la traduction de cet ouvrage use du genre masculin par facilité d'écriture mais cela ne signifie pas que son contenu n'est destiné qu'aux hommes.*

9. *NdT. – « Lettre » : il ne s'agit pas d'une Lettre Kabbalistique qui œuvrerait, par une mise ne œuvre de son pouvoir, sur la structure de l'étudiant ; par « lettre » il faut entendre : « message qui enseigne », « leçon ».*

Regarde autour de toi : tu trouveras cette remarque confirmée. Tu verras des renards et des chacals, des vautours et des paons, des prédateurs et des vaches, mais seulement quelques êtres humains. Tu



verras des animaux avec tous les instincts de ceux-ci et ce, à tous les niveaux de société et dans toutes les professions ; mais cette division n'est pas visible. De temps en temps, tu verras ces animaux occuper des postes d'honneur et de pouvoir ; toutefois, en sachant cela, tu ne seras plus étonné de ce que tant de pratiques judiciaires et de procédures de gestion ressemblent à un complot criminel ou à une conspiration ; tu ne seras donc pas surpris de ce que « la haute politique » soit comparable à une maison de fous. Examines-en les fondements et tu trouveras l'animal.

Laisse ces Lettres agir sur toi. Elles serviront peut-être ce but en œuvrant telle cette baguette qui réveille, frappant ainsi ton cœur pour que celui-ci ouvre la porte à l'être humain « réel » et plus élevé qui est en toi. Je n'exige pas que tu croies, du simple fait de ma propre assurance, quoi que ce soit de ce que je t'affirme. L'intellect t'a été accordé pour que tu puisses t'en servir. Tu auras le droit, en tous points, de savoir « pourquoi » il en fut ainsi, lorsque tu liras les conseils et les recommandations qui sont offertes à ce sujet dans ces Lettres.

Il est, cependant, nécessaire que nous ayons une base commune de raisonnement. ARCHIMÈDE a dit :

« Donnez-moi un point dans l'Univers où je peux être debout et je lancerai la Terre hors de ses charnières ! ». Par conséquent, nous avons besoin d'un point de départ ferme pour marcher ensemble et atteindre notre but. Si, considérant une couleur, tu penses que celle-ci est bleue tandis que moi, je la vois verte, nous ne serons jamais d'accord ; si nous voulions tous deux acheter quelque chose qui soit vert, tu ne comprendrais pas l'objet que je te proposerais comme tel et tu ne l'accepterais pas. Bien sûr, le sujet dont nous débattons ici est beaucoup plus important que le simple achat d'une chose verte dépourvue de signification.

Considérons, donc, ce qui suit, et alors tu pourras décider si tu es d'accord avec moi. Cette attention est absolument nécessaire dans la mesure où le thème principal de cet ouvrage est d'une grande importance. À ce point de notre raisonnement, ne t'attarde pas sur des détails mineurs quant au sens des mots.

Si j'ai une table devant moi, je sais que la table ne s'est pas produite d'elle-même. Un charpentier ou un ébéniste, un homme qui a eu la capacité de fabriquer une telle table doit l'avoir faite. Quand je regarde une œuvre d'art, par exemple une peinture, je sais que la peinture ne s'est pas produite d'elle-même mais qu'elle a été réalisée par un artiste.

Quand je regarde le monde dans l'ensemble, je me dis : le monde ne peut pas être venu à l'existence par lui-même ; il doit y avoir quelque chose qui l'a initialement fait ou créé, exactement comme l'étude du mécanisme d'une horloge mène à la conclusion qu'un horloger en est à l'origine[10]. Par conséquent, l'existence de l'organisation de l'Univers entier, en un merveilleux mouvement, doit mener à la conclusion qu'un fondateur de cet Univers existe et maintient ce mouvement. Il est tout à fait inutile d'imaginer ce « quelqu'un » comme étant une Essence ou une Personne. Quoi qu'il en soit, ce doit être quelque chose qui est

plus grand et plus puissant que toute la « matière » existante ou une personne plus grande et plus puissante que toute « personne » vivant dans l'Univers. L'artiste, en tant que tel, se tient toujours au-dessus de son œuvre.

Si nous reconnaissons que ce Pouvoir Créateur, Préservateur et Pourvoyeur de Formes — dans certaines circonstances il est également Destructeur[11] — est « un Esprit », alors nous avons trouvé, quant à notre raisonnement, le dénominateur commun.

Il est évident que cet Esprit, Qui a créé et Qui contrôle l'Univers, doit être présent dans chacune de Ses créatures. Il maintient celles-ci continuellement en vie et, par les exercices de méditation qu'elles font, Il révèle Qui Il est et quelles sont Ses Lois. Au lieu de parler de la « sagesse de notre corps », comme font beaucoup de scientifiques de notre époque, nous devrions plutôt parler de la « sagesse dans notre corps ». Quand j'entends une œuvre musicale, je ne loue pas la beauté des touches du piano mais la capacité du pianiste qui se sert seulement des touches pour exprimer ses intentions. Celles-ci tendent à faire naître et articuler certaines harmonies, conciliant l'ensemble au moyen du rythme, ce qui provoque ton plaisir intérieur ainsi que le mien. Aucun auditeur ou connaisseur en musique ne doute de cela.

10. *NdT.* – « Dans notre effort pour comprendre la réalité, nous ressemblons un peu à un homme qui tente de comprendre le mécanisme d'une montre fermée. Il voit le cadran et les aiguilles, il entend même le tic-tac, mais n'a aucun moyen d'ouvrir le boîtier. S'il est ingénieux, il peut concevoir la représentation d'un mécanisme susceptible de provoquer tout ce qu'il observe, mais il ne sera jamais tout à fait certain que sa représentation soit la seule à pouvoir expliquer ses observations. Il ne pourra jamais la comparer au mécanisme réel, ni même imaginer l'éventualité de la signification d'une telle comparaison. » *(Analogie proposée par Albert EINSTEIN et Léopold INFELD en 1938.)*

11. *NdT. – Les Trois Aspects par lesquels Se Manifeste l'Esprit Divin* ***(Créateur – Préservateur – Destructeur)*** *constituent l'ensemble formant une Trinité Sainte. Ces Aspects sont connus par la Tradition Ésotérique ainsi que par les religions et les divers textes sacrés orientaux sous la dénomination des Trois Catégories correspondantes :*
1er Aspect Créateur *⇨ Brahma = La Mère = Saint Esprit = IIIe Logos ;*
2e Aspect Préservateur *⇨ Vishnou = le Fils = IIe Logos ;*
3e Aspect Destructeur *⇨ Shîva = Le Père = Ier Logos.*

Applique cette comparaison à ton organisme entier. Ici le Joueur, l'Esprit, veut l'harmonie. Le cœur bat, les poumons travaillent, les corpuscules de sang courent par les vaisseaux conformément à un Rythme soumis à des Lois que ta volonté consciente ne pourrait pas commander. La conduite de toute ta vie, le programme de cette dernière, suivent un certain Rythme — sommeil et veille, jeunesse et vieillesse, etc. — qui n'a pas été déterminé par ta volonté consciente. Oui, même le cours extérieur de ton existence, quand tu as appris à le voir, révèle un Rythme infaillible, un flux et un reflux, des expériences, des conditions et des situations récurrentes. Bref, ta vie entière est intégrée dans la roue de toutes les Possibilités existant dans tout l'Univers, dans le « Souffle vivant de Dieu », sans que n'intervienne aucune action consciente de ta part, et, la plupart du temps même, sans que tu le saches. Cependant, il y existe une exception des plus importantes.

En effet, dès que tu violes, consciemment ou inconsciemment, les Lois d'Harmonie qui gouvernent tout ce qui est dans l'Univers, comme le fait de négliger ton corps, d'accomplir des actes violents contre un groupe d'êtres humains dont tu fais partie ou bien de commettre des crimes, etc., tu devras toi-même en supporter les conséquences désagréables. Tu les supporteras sous la forme de maux, de conflits avec ton entourage et de catastrophes personnelles qui surviendront dans ta vie.

Cette grande Loi de Cause à Effet[12] règne de façon inexorable et immuable. Tu peux seulement rendre cette dernière favorable à ton « existence séparée »[13]

12. *NdT. – Ou « Loi du Karma ».*

13. *NdT. – L'existence individuelle est considérée comme « séparée » — illusoirement — des autres existences qui éclosent dans l'Univers.*

dès lors que tu la reconnais et que tu l'appliques consciemment à toi-même et à ta vie. L'Esprit Qui t'a créé et Qui t'a donné un corps sait pourquoi tu dois Le servir[14]. Chaque horloger ne connaît-il pas son travail et n'a-t-il pas assigné un certain rôle à chaque rouage inclus dans son ouvrage ? C'est ta tâche que de découvrir, de sentir du mieux que tu peux, le but que tu poursuis consciemment dans ta vie afin d'enrôler toute celle-ci dans cette Pensée Fondamentale qui a été inscrite en toi[15]. Seul le cheval qui saute par-dessus l'obstacle placé devant lui n'exige plus le fouet.

Chaque machine a ses propres modalités de contrôle ; cette remarque s'applique aussi à ton propre organisme qui doit être considéré dans un sens très vaste. Toute machine a donc un fonctionnement particulier quant au principal travail qu'elle doit réaliser et il est nécessaire de connaître ce dernier afin que, dans chaque cas, tu puisses la faire fonctionner correctement.

D'abord, quelques mots au sujet de la structure de la matière. Si tu acceptes l'idée que la matière consiste en un ensemble d'électrons — ce qui est le fondement de l'électricité — tu en auras alors une approche relativement juste. Chaque atome d'une chose donnée se compose d'un noyau de charge positive qui satellise, en orbite autour de lui, des électrons de charge négative. Le noyau est le soleil ; les électrons orbitaux sont les planètes. C'est donc un système solaire sur une petite échelle. Ton corps visible, qui se compose de milliards d'atomes, est donc un Cosmos qui est lié et contrôlé par une Volonté unifiée. Au sein de ce Cosmos, les vibrations des planètes sont relativement lentes ; c'est pourquoi elles peuvent être captées par les cinq sens ordinaires.[16]

Afin de réaliser un bon équilibre entre les mouvances émergeant au sein de cette organisation astucieuse, l'Esprit Qui régule tout a créé, tel un artiste, un moule qui est incorporé au corps physique ; mais ce corps fluidique ou subtil[17], le deuxième corps d'un être humain, est invisible dans des circonstances normales ; il se compose également d'électrons mais ces derniers tournent, en orbite, bien plus rapidement autour de leur centre solaire respectif. L'union de ces deux corps est assurée par des forces électromagnétiques

Dans certaines circonstances (après la mort)[18], ce corps fluidique peut quitter, complètement ou en partie[19], le corps physique et devenir visible aux clairvoyants (ce sont des apparitions ou des fantômes, etc.). Dans des cas rares, il peut arriver aussi que, par un processus de densification, ce corps devienne visible et tangible aux sens physiques. Cela a été observé, et soutenu par des documents et des photo-

14. *NdT. – Servir : il ne s'agit point de servitude. Un être humain doit avoir une attitude qui consiste à « suivre » l'Esprit Divin dans Ses Lois afin de développer harmonieusement la Soi-Conscience et découvrir qu'il fait partie intégrante de cet Esprit Divin.*

15. *NdT. – Le but de la vie de chaque être vivant dans l'Univers a été conçu par la Pensée Divine et il est inscrit, tel un programme, en chacun de nous, que nous le sachions ou pas, que nous voulions consciemment le réaliser ou pas.*

16. *NdT. – Les cinq sens physiques, par opposition aux cinq sens subtils (astraux et mentaux) ouverts à des vibrations progressivement plus rapides (élevées).*

17. *NdT. – Il s'agit du « double éthérique » qui n'est pas un corps à proprement parler (bien que l'usage ait consacré la dénomination « corps éthérique ») mais bien un « moule » de notre corps physique lequel est fait de matière tangible. Ce « double » se tisse de la substance des 4e, 3e, 2e, 1re subdivisions de l'ensemble de la substance formant le Plan Physique, qui est septuplement subdivisée ; les 3 autres subdivisons de ce Plan Physique sont, de bas en haut, du plus dense vers le plus subtil, le sous-plan des « solides » = 7e sous-plan, puis le sous-plan des « liquides » = 6e sous-plan, et le sous-plan des « gazeux » = 5e sous plan.*

18. *NdT. – Mais aussi pendant le sommeil : une partie du corps éthérique — celui-ci a une énorme capacité de dilatation — quitte le corps physique mais une autre reste dans ce corps car si la totalité de ce corps fluidique quittait le corps physique, la mort s'en suivrait.*

19. *NdT. – Complètement ou en partie : après la mort, une partie du double éthérique a tendance à rester dans son support physique (le cadavre) car il est magnétisé par ce dernier ; ceci explique les rites anciens de crémation (toujours vivaces en Inde, par exemple), car une fois le cadavre détruit, le double éthérique ne peut plus s'accrocher à son ancien support et se trouve donc disponible à la destruction qui l'attend, selon la Loi, sur ses subdivisions éthériques.*

graphies, par des scientifiques comme les docteurs Von SCHRENK-NOTZING, GRUNEWALD et GELEY[20]. Ces apparitions de membres du corps fluidique ainsi que des figures entières ont été densifiées avec l'aide de Médiums.[21] Ces extériorisations de substance fluidique, qui peuvent être mues par le pouvoir de la pensée, sont des transformations d'un corps subtil qui a quitté son support physique. Une telle séparation de ces deux corps, même si elle est seulement temporaire, cause toujours un certain tort à l'état de santé du Médium. La preuve en est la manifestation, au cours de ce processus, de symptômes particuliers, tels des douleurs et un état parfois sévère d'épuisement.

Ces phénomènes ne peuvent être accomplis qu'avec une perte partielle de conscience ; autrement dit, ils ne peuvent se réaliser que dans un état de transe.

Cela mène à la conclusion que notre conscience, pour être telle, nécessite l'union des deux corps. Tant que cette union existe, les organes des sens seront activés et les organes sensoriels nous permettront de communiquer avec le monde extérieur.

Le câble de communication, le lien qui unit les deux systèmes de capacités,[22] est le système nerveux sympathique, système nerveux indépendant d'une grande importance dont le centre principal se situe derrière les organes abdominaux.

20. *NdT. – Baron Freiherr Alfred von SCHRENK-NOTZING (1862-1929) : médecin allemand, psychiatre et parapsychologue, remarqué pour ses travaux sur les psychopathies sexuelles et l'hypnose ; il est également connu pour ses recherches et témoignages sur les phénomènes physiques de la médiumnité (étude des ectoplasmes). Gustave GELEY (1868-1924) : médecin français, expérimentateur scientifique des phénomènes ectoplasmiques et fondateur de l'Institut Métapsychique de Paris, reconnu d'utilité publique.*

21. *NdT. – Le Médium permet la manifestation, sur ce Plan dense, d'un corps fluidique (celui d'un décédé) ou d'une partie de celui-ci ; il est le canal qui absorbe cette substance fluidique errant dans les Éthers (c'est-à-dire les quatre sous-plans subtils) du Plan Physique puis il l'extériorise, par la volonté mentale, afin de la densifier et la rendre visible à tous, en fournissant à ces absorptions fluidiques une partie de la substance composant son propre corps éthérique (ou fluidique), substance qui, chez un Médium, est d'une qualité particulière permettant pareille densification. Ceci est un travail harassant pour l'ensemble de ses véhicules et entame souvent sa santé.*

22. *NdT. – Fonctions du corps physique et capacités du double éthérique.*

Le corps fluidique vit par lui-même dans le royaume du subconscient et il se manifeste par le biais de nombreux rêves. Le subconscient est la lentille par laquelle un être humain peut percevoir, sous forme de symboles, des événements qui, sans lui, resteraient cachés de sa perception sensorielle[23]. Sur les niveaux de développement inférieurs[24], cette capacité de perception est limitée aux perturbations corporelles fonctionnelles et d'autres, similaires à celles-ci. Toutefois, à des niveaux de développement plus élevé, le corps fluidique peut devenir un intermédiaire de valeur pour la connaissance extra-sensorielle d'événements et de beaucoup d'autres choses. Le corps fluidique ne possède pas sa propre volonté mais il tend à obéir à n'importe quelle influence susceptible de le contrôler dès que celle-ci est assez puissante. Cette influence peut être exercée par l'individu lui-même au moyen de l'autosuggestion, par une autre personne, par le biais de l'hypnose ou bien par d'autres activités des sens, l'attention de la personne soumise à l'hypnose étant détournée et la volonté ainsi que les idées de l'hypnotiseur remplaçant les siennes.

Quelle est la source alimentant la volonté et qui agit sur nos deux corps, le corps subtil et le corps physique ? Plus un être humain se trouve dans un état animal, un état de primate, plus le moteur de toutes ses actions réside dans son instinctivité. L'instinct d'autoconservation, les pulsions sexuelles fortes (la

23. *NdT. – Ces événements ne pourraient s'inscrire dans son cerveau et être ramenés à la conscience de veille sous forme de « rêve ».*

24. *NdT. – « Sur les niveaux de développements inférieurs » : ceux de la conscience ; cela signifie qu'un être au développement rudimentaire de sa conscience, ne percevra, en rêve, que ce qui a trait au fonctionnement de son corps physique et des désirs primaires de ce dernier.*

faim et l'amour) et toutes les tendances passionnées apparentées à ces envies puissantes, dominent un être humain de type primaire qui, à l'évidence, ne peut être appelé « être humain » dans l'acception la plus élevée de cette expression.

Ce genre d'êtres possède des forces très puissantes et le principal support de ces dernières, dans le corps physique, sont les globules rouges du sang, lesquels sont chargés d'énergies électriques énormes. Les glandes génitales ou gonades — les testicules mâles et les ovaires femelles — sont les principaux réservoirs de ces énergies. Plus le niveau sur lequel s'appuie la conscience d'un être humain est bas, plus ces instincts primitifs sont incontrôlés en lui. Et même ce que nous considérons fièrement comme « intellect » est, chez la plupart des êtres, au service de cet instinct primitif.

Le glouton et le buveur qui font un mauvais usage de leur esprit pour trouver des délicatesses toujours nouvelles afin de chatouiller leurs palais, et le débauché qui ne vit que pour assouvir le désir sexuel, qui sont-ils ? Ils sont simplement les esclaves de leur sang ; ils alimentent un feu qui finalement les détruira. « *Le profiteur* » ou « *l'homme d'affaires* » qui considère qu'une telle activité est le but de la vie et qui estime que son destin entier réside dans l'accumulation d'objets matériels, se condamne finalement à la mort par le désir de ces choses transitoires. Cette expression bien connue « *Faire de l'Argent* », écrite avec des majuscules, n'est rien de plus qu'une extension du champ de la gloutonnerie ! Elle est, de plus, ce qui, chez un être humain, peut bouleverser le fonctionnement de son estomac. Le pouvoir intellectuel qu'un homme sacrifie pour ces choses doit donc être considéré comme un aspect subalterne, ou élémentaire, de la pensée.

Tu dois également savoir que la pensée est un processus qui met en œuvre de l'électricité au sein d'un moule, d'une substance excessivement fine, et qui produit une modification de l'Éther. Il est important, pour comprendre ces leçons, de se rendre compte que toutes les formes et images créées par la pensée qui sont au service de l'instinct, dans le sens le plus étroit et le plus large, sont tissées hors de cette substance d'énergie très importante. Ces sortes de pensées appartiennent à une catégorie inférieure et ne sont orientées que vers les intérêts les plus grossiers du penseur.

Nous récapitulerons encore une fois chacune des composantes de l'être humain :

1. Le corps grossier ou corps physique ;
2. Le corps subtil ou fluidique ;
3. Le pouvoir de la vie instinctive ;
4. Le pouvoir inférieur de la pensée.

Nous sommes ici en présence de pouvoirs qui œuvrent ensemble, le Quaternaire Inférieur[25], dont les trois dernières composantes forment l'aspect subtil et mortel[26] d'un être humain.

Cher lecteur, il est absolument nécessaire de très bien enregistrer ceci dans ta mémoire, parce que cet enseignement constitue le fondement de nos futurs exercices.

N'oublie pas que cette partie de l'âme[27], le principe d'organisation en nous, ne possède pas d'im-

25. *NdT. – Il s'agit d'un quaternaire bien bas, lié au Plan le plus dense de l'Univers, celui de la matière que nous connaissons et qui ne doit être confondu avec « Le Grand Quaternaire » qui est la Création toute entière, d'essence quadriélémentaire (Quatre Éléments), gouvernée par le Cinquième Élément (l'Akasha), lui-même ayant Trois Phases de Manifestation = (Le Grand Ternaire ou « Sainte Trinité »).*

26. *NdT. – Car le corps physique mais aussi le double éthérique et les divers « feux » qui les alimentent au cours de la vie, se détruisent après la mort, la conscience suivant alors un autre parcours,* ***et s'endormant, à terme si elle n'a pas conquis le pouvoir de vivre comme telle sur les Plans Spirituels (Haut Mental — au moins — et Bouddhi pour les Adeptes)****.*

mortalité consciente ; elle sert exclusivement la vie terrestre et, une fois celle-ci terminée, il n'est plus nécessaire qu'un centre de commande la contrôle. Si donc la totalité de ton « moi » s'éveille pour servir les intérêts étroits de ta propre personne, alors, par nécessité, il s'effritera aussi. Ici s'applique le sens de cette sentence : « *Celui qui voudra sauver sa vie la perdra* ... »[28].

Nous devons aussi penser à la fin de ce verset évangélique : « ... *mais celui qui perd sa vie à cause de moi la trouvera* ». Que signifie « à cause de moi » ?

Tu dois comprendre que l'Esprit n'a pas créé l'être humain pour que ce dernier soit livré à lui-même. Il l'a placé sous la gouverne de milliers d'autres Êtres afin qu'il puisse reconnaître, hors de la multitude, une Unité plus élevée, sous l'ordre de laquelle, en tant que créature, il puisse effectuer des tâches particulières afin de retourner finalement et en toute conscience, une fois l'œuvre accomplie, au sein de l'Unité. Dans un Cosmos immense, tu te tiens aux croisements visibles et invisibles d'énergies et un compas t'est nécessaire pour trouver ton chemin. Ce compas est donné à chaque être par ce qu'il a de plus haut et de plus éternel en lui[29].

Si donc l'être humain vit dans le monde des sens avec son corps physique et son corps fluidique — à condition qu'il n'ait pas développé de bas appétits dans la Sphère Astrale inférieure du subconscient[30] — il a alors, bien au-delà de cela, la possibilité de s'élever, ici aussi bien que dans l'Au-delà, vers de plus hautes Sphères de vie et d'activité[31] au moyen de Centres d'énergie[32] qu'il possède et qui vibrent sur des Plans plus élevés. Ce sont ces Centres qui le mettent en contact avec l'Âme des Nations, des Races et de l'Humanité et finalement avec l'Âme du monde.[33] Les Centres sont présents, à un stade de développement embryonnaire, et, chez la plupart des êtres humains, ils ne sont développés qu'à un très faible degré. La majorité des humains n'est même pas consciente de leur existence et elle peut bien se laisser aller à sa capacité d'atrophier ce qui a le plus de valeur dans un homme.

Dans le Principe du Mental, dans le pouvoir de la pensée, nous avons en nous la passerelle vers la Haute et la plus Fine Essence de notre être. Ce Principe s'exprime comme une pensée plus élevée, de nature plus abstraite, comme connaissance de soi objective, comme volonté morale, comme pouvoirs spirituels capables de créer, et enfin, comme intuition et conscience.

Avec ce Pouvoir qu'est la Pensée, une plus haute « soi-conscience » demeure, enclose[34] ; cette dernière

27. *NdT. – Avec un petit « â » : dans le sens de « double éthérique » (parfois aussi de « corps astral ») décomposable dans la substance éthérique universelle après la mort, donc mortelle.*
28. *NdT. – Évangile de Matthieu – Chap. 16, 24-26.*
29. *NdT. – La Trinité Divine dans l'être humain : ses 6e et 5e Principes (Bouddhi et Manas) unis au 7e Grand Principe Universel : Dieu manifesté ou Atma.*
30. *NdT. – À condition que ces instincts restent des forces purement éthériques (comme elle le sont chez les primitifs) et ne se recouvrent pas de substance passionnelle (du bas astral) — désir assouvi par ruse et nuisance à autrui ou violence, etc... — car cela développe alors une substance astrale viciée — le bas du subconscient — qui enlise l'être dans des sous-plans pénibles et lourds (les divers « kama lokas » denses, voire les « talas » ou « enfers » — selon la dénomination donnée par les textes sanskrits).*

31. *NdT. – Les Plans Invisibles de Spiritualité croissante.*
32. *NdT. – Centre d'énergie : les Châkras ou « Roues » au nombre de sept.*
33. *NdT. – G. Lomer cite les points d'unions dans un ordre justement choisi : en effet, on s'unit avec les « Nations » ou esprit-groupe humain, puis les Races, ensuite avec l'Humanité (en tant qu'Être collectif) et enfin à l'Âme Universelle, par le développement respectif du Centre situé au dessous du nombril* (Swâdishtâna Châkra), *du Centre situé au Plexus solaire, au dessous du sternum* (Manipura Châkra), *du Centre du Cœur* (Anâhata Châkra) *et enfin du Centre du sommet crânien* (Sahasrâra Châkra).
34. *NdT. – Le Principe Mental est* « Manas », *Principe qui nous distingue des animaux. Quand le Mental s'oriente vers la satisfaction des appétits uniquement matériels (le désir de posséder le pouvoir en ce monde pour jouir de divers biens matériels et psychologiques est inclus dans ces appétits), il devient le « mental de désir »* (Kama-manas) ou Mental inférieur ; *mais quand le Mental s'oriente vers la Quête de la Transcendance, de la compréhension de l'Univers, il est dans son rôle même, ce Principe qui rend « vraiment humain », Manas par excellence ou* Bouddhi-Manas (le Mental Supérieur) ; *ce Mental élevé entre en contact avec notre 6e Principe (*Bouddhi, *l'Amour Universel contenu en latence en nous) ; c'est donc à Bouddhi que se réfère G. Lomer en parlant de* « soi-conscience encore plus élevée, enclose... ».

est bien loin au-dessus de la plus bestiale « soi-conscience » du Quaternaire Inférieur lequel domine dans une exaltation de « l'ego ». La Voie qui s'élève au-dessus de ce Principe de la Pensée est celle qui conduit à l'Illumination pure, un niveau de conscience, présent dans le Christ[35], et qui sera éveillé dans ceux qui cheminent sur le Sentier de l'Hermétisme.[36] Grâce à ce dernier, nous acquérons une expansion de notre perception et de notre connaissance, basée sur la possibilité, ainsi développée, de capter les vibrations les plus rapides de la matière principale de l'Éther[37] ; dans cette expansion s'enracine la faculté « de voir » ; celle-ci entraîne l'être humain bien au-dessus des limites de l'étroite « personnalité » mortelle et lui permet de participer aux Sphères d'activité qui l'élèvent dans le Cercle de prétendus « Dieux ».[38]

Nous traitons donc ici de la mise en activité du Génie Divin Qui demeure latent en chacun de nous. Penser de la manière la plus élevée et l'Illumination sont les étapes qui mènent au Génie divin. Ces deux qualités de conscience peuvent être déterminées comme étant les émanations les plus pures du Principe le plus élevé, le Septième Principe en nous, c'est-à-dire la

35. *NdT. – Chez l'être humain ordinaire cette Haute Conscience (Bouddhi) est enclose, elle dort* ***en germe*** *(car elle n'est encore qu'un «* ***projet formé par le Divin*** *», «* ***une possibilité*** *»), attendant d'être nourrie et développée par l'être humain grâce aux expériences accumulées par des vies et des vies terrestres ; au stade d'Évolution du Christ, non seulement elle est pleinement éveillée mais le plus haut Principe Universel vibre consciemment en Lui : Atma.*

36. *NdT. – Sentier de l'Hermétisme : Voie de cheminement spirituel relative à l'étude intellectuelle de la Connaissance Ésotérique (Orientale et Occidentale, les deux étant liées), à la mise en pratique de divers techniques de purification de la substance qui compose nos divers corps, et enfin à l'application constante d'une éthique élevée.*

37. *NdT. – Les 3 subdivisions supérieures du Plan Physique (les Ethers élevés, lesquelles reflètent la Connaissance des Mondes supérieurs à ce Plan) ; ce développement permet de capter cette Connaissance via le cerveau éthérique et les Châkras éthériques.*

38. *NdT. – Les Êtres ayant acquis un grand développement de leur Conscience et que nous déifions.*

Conscience Cosmique[39] ; tous ensemble ils forment la plus Haute Triplicité de l'être humain[40]. Ce Génie Divin a son point de contact avec l'être humain ordinaire dans un point particulier, au centre du cerveau de celui-ci. La meilleure façon d'imaginer ce point est de bien le situer dans le centre de la tête.[41] Le Génie Divin est le Régent réel de ta destinée ; Il te met à la place qui te convient le mieux et à partir de laquelle tu dois acquérir certaines expériences ; Il te forme pour les tâches particulières que tu dois accomplir par la douleur et la souffrance et qui changent de nature à chaque nouvelle incarnation. Ce Génie Divin t'avertit et est ton Conseiller infaillible, quand tu as appris à L'écouter. Il donnera le bonheur le plus profond et la paix à ton âme, aussitôt que celle-ci se soumettra à ses conseils. Il est l'Immortel en toi, « le Fils de Dieu », Celui Qui peut dire de Lui-Même, et à bon droit : « *Voyez, Moi et le Père nous sommes Un !* »[42].

Se fixer des Objectifs

Et maintenant, Cher Lecteur : notre but ! Qu'attends-tu de ces instructions ? Réponds à cette question pour toi-même mais fais-le consciencieusement.

Attends-tu des avantages terrestres, facilement obtenus, qui te donneraient la suprématie sur ton semblable sans que cela exige quoi que ce soit de toi ? Veux-tu briller par la manifestation de capacités se-

39. *NdT. – Il s'agit bien sûr d'Atma, le 7e Principe ; mais ce Dernier n'est pas, en fait, un Principe « individualisé » comme l'est le 6e (Bouddhi) ; Atma n'est pas un Principe Humain, Il est La Divinité Manifestée à Laquelle sont liés les Principes individuels. C'est donc par un glissement du langage que l'on dit « notre 7e Principe » ; Il n'est pas à nous : nous Lui sommes inconsciemment, puis consciemment attachés.*

40. *NdT. – Nous retrouvons donc bien la Triplicité Sainte active dans l'être humain : Atma-Bouddhi-Manas.*

41. *NdT. – Ce point est plutôt un ensemble trinitaire formé, au centre du cerveau, par la glande pinéale, la glande pituitaire et un point représentant physiquement, en reflet, le Centre ou Châkra crânien (qui se miroite vers la bas, comme par basculement).*

42. *NdT. – Jean 10 : 30*

crètes qui placeraient d'autres personnes dans une position défavorable qui serait en ta faveur ? Veux-tu recevoir des objets précieux, sans être disposé à sacrifier quoi que ce soit pour cela ? Alors ces Lettres n'ont pas été écrites pour toi. Laisse-les et poursuis tes plaisirs.

Sache que la valeur recelée par ces Lettres ne peut être ni achetée ni vendue ; tu dois travailler pour l'acquérir et faire de toi-même un objet de valeur. Le Chemin qui mène au Graal passe sur le cadavre de ton vieil « ego ». Quiconque veut naître à nouveau doit d'abord apprendre à mourir. Es-tu préparé ? As-tu entendu cet appel ? Examine-toi ! Tu as affaire avec un sujet sérieux.

Cet Enseignement ne vise rien de moins que de rendre Dieu-Homme, présent en toi, conscient et Maître de ta vie ! Ceci ne peut être obtenu que par la pensée et l'étude. L'intellect le plus aigu ne peut pas saisir ce que tu dois éprouver au plus profond de toi-même comme un processus de transformation, une expérience qui s'allie à toute l'horreur d'une nouvelle naissance. (« *[...] si vous ne vous convertissez et si vous ne devenez comme les petits enfants [...]* »[43]).

La plus Haute Trinité (l'emblème pour la plus Haute Trinité est un triangle équilatéral) doit donc être incluse dans le Quaternaire Inférieur (symbolisé par le carré) pour que la Révélation soit faite.[44] La plus Haute Trinité devrait permettre au partenaire mortel, « périssable », de participer à sa propre Omniscience, Omniprésence et Éternité. La plus Haute Trinité

43. *NdT.* – « Je vous le dis en vérité, si vous ne vous convertissez et si vous ne devenez comme les petits enfants, vous n'entrerez pas dans le Royaume des Cieux » *(Matthieu 18 :3)*

44. *NdT. – La plus Haute Trinité, la Trinité Suprême (Dieu en Trois) présente en nous, s'allie au Quaternaire (notre constitution quadripolaire – les Quatre Éléments), l'ensemble donne notre Septénaire Individuel, Dieu Révélé en un être humain.*

devrait transfigurer l'âme[45] pour rendre celle-ci plus semblable à Elle, quant à Sa Nature, et pour l'aider à atteindre l'Immortalité consciente ainsi que le degré d'Omnipotence dont elle est digne. Plus le magnifique navire de l'Esprit est fortement développé, plus grande est la force qu'il est capable d'exercer sur cette personnalité inférieure, celle-ci étant la plus imparfaite forme de cristallisation, de la matière brute. Le processus destiné à la transformation est relié au fait que nous venons de traiter.

Procédé à mettre en œuvre

Dans le Royaume de l'Esprit existe une Loi : le semblable ne peut être compris que par le semblable. Chaque différence, dans l'Univers, est simplement une différence de vibration. Les vibrations les plus brutes et les plus lentes de la matière primaire qui forment toutes les choses prévalent dans la substance formant le corps d'un être humain, son corps physique. Le corps astral est plus subtil[46] que ce dernier et le plus Haut-Moi l'est encore plus ; la subtilité existant au-delà de tous les concepts est la vibration de la Conscience Cosmique[47], dont parle un proverbe antique : « *Dieu est un Feu dévorant* »[48].

Pour devenir plus réceptif aux influences du Génie Divin, l'ego inférieur doit être systématiquement épuré en allant vers le Haut et mené vers des vibrations plus élevées ; en résumé, il doit devenir plus raffiné. C'est seulement quand la Fiancée est prête que le jeune Fiancé vient.[49]

45. *NdT. – Ici, « âme » représente l'ensemble de la personnalité dense humaine.*

46. *NdT. – Il ne s'agit plus du « double éthérique » (lié au Plan Physique) mais du corps astral (kama roupa = corps de désir).*

47. *NdT. – Atma.*

48. *NdT.* – « C'est pourquoi, recevant un royaume inébranlable, montrons notre reconnaissance en rendant à Dieu un culte qui lui soit agréable, avec piété et avec crainte, car notre Dieu est aussi un feu dévorant » - *Hébreux 12 :28-29*

Le succès de cet effort dépend de l'aptitude personnelle de l'étudiant ; il dépend particulièrement de son honnêteté intérieure et de sa droiture car *« ...il y a beaucoup d'appelés mais peu d'élus »*[50]. En outre, il est lié aussi à sa persévérance, parce que chaque processus organique de développement exige un certain temps pour mûrir. Il dépend, enfin, « de la Bénédiction » et de « l'Amour d'En-Haut ». Le Génie Divin ne peut être contraint à descendre dans chaque « récipient »[51] ; au lieu de cela, Il choisit Sa propre Place.

Les Royaumes Métaphysiques ne sont pas sans danger. Celui qui ne possède pas des corps dont la substance n'est pas pure et la fréquence vibratoire n'est pas élevée ne trouvera pas l'entrée à ces Mondes.[52] Malgré sa recherche, il ne sera pas admis.

Cependant, tout aspirant peut accomplir ceci, quelles que soient les conditions dont il dispose ; cela constitue un degré de maîtrise de soi et de contrôle sur son propre destin qui élève une personne au-dessus de la foule, tel un noble champion pour la vie. Il est certain que cet unique but est, pour un être empli de noblesse, digne d'effort.

Les voies erratiques que sont les périodes où l'on se permet tout, commencent par le fait d'aborder la

49. *NdT. – Quand la substance qui compose nos véhicules (la Fiancée) est purifiée, le Feu de l'Esprit Pur (le fiancé) peut s'unir à Elle, descendre en Elle ; de cette Union émerge la Conscience Absolue = le Fils.*

50. *NdT.* – « ...Alors le roi dit aux serviteurs : Liez-lui les pieds et les mains, et jetez-le dans les ténèbres du dehors, où il y aura des pleurs et des grincements de dents. Car il y a beaucoup d'appelés, mais peu d'élus. Alors les pharisiens allèrent se consulter sur les moyens de surprendre Jésus par ses propres paroles. » - *Matthieu 22 :13-15*

51. *NdT. – Notre personnalité inférieure.*

52. *NdT. – Dans cette phrase résident les fondements mêmes de la Théurgie Purificatrice laquelle est la Science qui permet de mettre en œuvre les Forces Divines, liées notamment aux Cinq Éléments, afin de transmuter la substance composant nos Trois Corps dits « mortels » : le corps physique et son double éthérique, le corps astral et le corps tissé de la substance du bas mental. Cette Science Théurgique est recelée aussi bien dans les Tantras orientaux que dans des techniques liées à la Tradition Occidentale.*

vie par ce qu'elle a de mauvais : on veut vivre comme un seigneur, on veut une vie de luxe où toutes les passions sont complètement satisfaites et l'existence pleinement appréciée ; on veut dominer le monde — en d'autres termes, d'autres êtres humains — avant que l'on ait appris à se maîtriser ou à se contrôler. Le résultat est que ces « maîtres » là, qui se rendent fous eux-mêmes, sont, au Plan Mental, des imbéciles et, en raison de faiblesses intérieures insurmontables, ils trébuchent de nombreuses fois au cours de leur vie dès qu'ils sont attaqués en ce qu'ils ont de plus vulnérable : dans leur animalité.

En réalité, être un Maître commence, sans exception, par la maîtrise de sa propre personne. On nous donne le Microcosme, « le petit monde »[53] ; ce que nous apprenons de lui est notre premier exemple, notre première tâche. Et à moins que cette tâche ne soit résolue de manière satisfaisante, nous aspirons vainement à des buts plus élevés.

Avant que nous ne nous tournions vers la Pratique, soyons très clair au sujet de deux points essentiels :

1 – ***Ne parler à personne.*** Quel que soit ton interlocuteur, ne lui parle pas de tes intentions afin de ne pas mentionner ces pratiques. En parlant, tu disperserais les courants d'énergie que tu devrais garder pour toi-même. Tu pourrais aussi attirer vers toi des courants hostiles, susceptibles de te nuire et qui mettraient en péril tes intentions ou tes plans. Ne parle même pas à ton épouse ou à ton époux[54] ou à tout proche ami.

2 – ***Être absolument honnête et franc avec soi-même.*** Si tu te dupes ou que tu atténues ce qui est embarrassant pour toi, alors tu te trompes et tu ne seras pas

53. *NdT. – Notre personnalité inférieure.*

54. *NdT. – Sauf si le conjoint partage le même idéal spirituel.*

capable d'atteindre un but, même le plus proche. Les énergies avec lesquelles tu veux travailler en liaison avec la Volonté te répondront de la même manière que celle avec laquelle tu les interroges. Si la question que tu poses est malhonnête ou mensongère, la réponse sera en conséquence. Tu ne peux pas construire une maison sur du sable mouvant.

Tu peux commencer à tout moment. N'importe quelle minute peut être le commencement d'une nouvelle vie. Sois complètement clair au sujet de ceci : ces instructions ne sont pas sujet de raillerie ; elles réorienteront ta vie entière dans une direction particulière et décisive.

Une fois que tu as commencé, tu ne dois pas interrompre la pratique de cet Enseignement sauf si la maladie t'y oblige. Si tu l'interromps, tu subiras un recul sévère, beaucoup plus que tu ne peux le croire et tu perdras l'avantage qui était si difficile d'atteindre et qui peut seulement être reconquis avec un très grand effort. Tu perdras un temps considérable et sacrifieras ton énergie pour rien.

Maintenant que nous avons expliqué ces points importants, commençons avec la Pratique.

Ce Cours d'instruction est structuré selon un échelonnement de Niveaux ; ceux-ci doivent être suivis l'un après l'autre. Chaque Niveau a été conçu pour être réalisé en un mois mais ce délai pourra être prolongé à discrétion si nécessaire.

En d'autres termes : chaque Niveau doit être correctement achevé, complètement terminé, étudié et pratiqué à fond et parfaitement intégré, avant que tu n'abordes le suivant. En agissant autrement, tu construirais une structure fragile qui tomberait ultérieurement en morceaux.

Il n'y a aucune étude de soi sans connaissance de soi. Le titre du Niveau n° 1 s'intitule : Équilibre et Transformation.



NIVEAU N° 1

Équilibre et Transformation

Tu dois examiner ta vie entière jusqu'au moment présent ; avec ce procédé une nouvelle phase de ta vie commence. Observe les règles fondamentales qui suivent.

I – Les règles Fondamentales du Premier Niveau

- Évite l'alcool et la nicotine ;
- Évite la satisfaction sexuelle quelle qu'elle soit ;
- Lève-toi 5 minutes plus tôt chaque matin ;
- Pratique chaque jour la patience quotidiennement ;
- Pratique chaque jour l'autocritique ;
- Entreprends, chaque soir, la critique de la journée et organise ton lendemain ;
- Nettoie consciencieusement ton corps avec de l'eau à l'heure du coucher.

II – Exercices pratiques pour le premier mois

Tu dois faire deux « exercices négatifs » *(ce que tu ne dois pas faire)* et « cinq exercices positifs » *(ce que tu dois faire)*. Agis conformément aux explications suivantes. Il est absolument nécessaire de te priver des choses mentionnées qui suivent.

1 – « Exercices négatifs »

A – ***Désintoxication des véhicules.*** Le corps et l'Esprit sont connectés et s'influencent l'un l'autre. Ils doivent être désintoxiqués entièrement, parce qu'une volonté purifiée ne peut croître que dans un organisme assaini. Le vin et les alcools sont défendus dès le premier jour. Si tu es dépendant de ces boissons, tu peux les remplacer par de la bière. Toutefois, sur une période de quatre semaines, tu dois être également libéré de la bière. Si tu t'adonnes à la bière en grande quantité, limite d'abord ta consommation de moitié de celle qui était normale jusqu'à ce jour ; puis, après quatorze jours, limite-la à un quart, et après trois semaines, tu dois totalement t'en abstenir.

B – ***Abstinence sexuelle.*** Toute relation sexuelle t'affaiblit ; à ce stade de ta Quête, tu as besoin de toute ton énergie pour atteindre des buts plus élevés. Tu dois aussi t'abstenir de pensées érotiques, parce que celles-ci t'affaiblissent autant que les relations réelles elles-mêmes ; pour certaines personnes, ces pensées ont une action plus importante. Évite la littérature et les conversations sensuelles ; n'écoute pas d'obscénités ou d'histoires sur ce sujet. Si tu as chaque nuit des éjaculations sans aucune action consciente de ta part, ne t'en inquiète pas[55]. C'est le procédé qu'utilise la nature pour expulser n'importe quel excès, et, en règle générale, c'est seulement cet excédent dont l'organisme peut se passer qui est évacué. Quand le nombre de telles décharges est trop fréquent, la raison relève d'une hyperstimulation pathologique. Considère qu'une fréquence de décharge séminale de deux fois par semaine est une limite saine. Si tu dépasses cette limite, cherche un conseil médical ou prends un bain de siège froid avant de te coucher pour agir sur les centres reproducteurs. (La plupart des hommes n'ont pas de si fréquentes éjaculations.).

55. *NdT. – Ce livre s'adresse à des hommes mais à des femmes aussi, même si la sexualité masculine a été seulement mentionnée.*

2 – « Exercices positifs »

A – ***Se lever de plus en plus tôt.*** Si, par exemple, tu te lèves normalement à 7h00 du matin, tu te lèveras donc à 6h55 le premier jour de ces exercices, le jour suivant à 6h50, etc. donc 5 minutes plus tôt chaque jour. Dans deux semaines, tu te lèveras donc 1 heure et 10 minutes plus tôt. Si nécessaire, utilise un réveil les premières fois. Après une semaine, prends ta décision à l'heure du coucher pour te réveiller au moment approprié le matin. Si tu as une totale confiance, ton plan réussira immédiatement le jour suivant. Tu réussiras plus facilement si tu te couches tôt.

Je recommande les deux exercices suivants :

B – ***L'exercice des Pois :*** prends une poignée de pois (de préférence jaune)[56] et disperse-les partout dans une pièce. Agenouille-toi alors et réunis-les sur un plat. Cela doit se passer d'une façon très calme, sans une trace d'énervement ou d'impatience, lentement et sans hâte. Si tu éprouves quelque révolte, arrête de réunir les pois immédiatement et attends d'avoir complètement surmonté ce sentiment ; poursuis alors ton ramassage. Ton but doit être que de telles émotions ne surgissent plus. Tu dois les éliminer avant qu'elles ne s'éveillent ; mieux encore, tu dois conditionner ton mental dès le début de l'exercice pour ne pas éprouver ce type d'émotions.

56. *NdT. – Des pois chiche par exemple.*

C – ***Rester immobile :*** assieds-toi sur une chaise, dans une pièce calme, faisant face à une horloge. Si tu n'as pas d'horloge murale, place un réveil ou un bracelet-montre devant toi. Tiens-toi droit sur la chaise de façon à ce que tu ne touches rien pour t'appuyer ; place ensuite tes mains sur tes genoux. Fixe tes yeux sur la montre sans déplacer un muscle. Prête une attention particulière au fait que pas une fibre de tes muscles ne doive se déplacer ou même avoir des mouvements convulsifs. Aussi, ton torse doit-il rester complètement immobile. Essaye de t'abstenir de cligner les paupières ; il n'y a aucun mal à ne pas réussir cet exercice immédiatement.

Commence cet exercice par une période d'une minute et augmente celle-ci d'une autre minute tous les deux jours ; en d'autres termes, la durée de l'exercice le premier et deuxième jour est d'une minute, le troisième et quatrième jour deux minutes, le cinquième et sixième jour trois minutes, et ainsi de suite. Après quatorze jours, tu atteindras une durée de sept minutes. La meilleure façon d'accomplir ces deux exercices est de les pratiquer en alternance : aujourd'hui, l'exercice du Pois, le lendemain l'exercice pour rester assis immobile, le moment le plus propice étant l'aube.

D – *Examen de conscience.* L'autocritique ou examen de conscience doit être exécutée sur la base d'une analyse minutieuse et très particulière de ta vie de manière à détecter tes faits et gestes erronés. Assis dans un endroit très calme, contemple les différentes phases de ta vie. Scrute une période après une autre. Prends des notes. Considère les principaux points suivants :

- Sur quel motif essentiel se fondait chaque étape de ta vie ? Quelle est la ligne directrice de tes décisions ? Quand as-tu agi horriblement ou avec malveillance envers tes parents, enseignants, frères et sœurs, connaissances, proches, supérieurs ou autorités ? Réponds à une question après une autre. Appelle tout par son nom légitime, ne t'épargne rien. Ce sont tes fautes et tes défauts qui doivent être examinés. Si tu n'en trouves pas, réfléchis encore. Tu as dû faire quelques erreurs, parce que nul n'est sans avoir fauté. Essaye de reconnaître les conséquences, pour toi-même et les autres, qui ont été causées par ton comportement. Rappelle-toi : jamais de fausse pitié envers toi-même ! Ne te défends pas ; ne t'excuse pas.
- Quand tu auras trouvé quelques points, fautes ou défauts, réprimande-toi d'une voix forte et soumise, de la même manière que le ferait un juge ou un plaignant.
- Traite chaque jour, en même temps que tu analyses une autre période de ta vie, les vieilles choses oubliées depuis longtemps et qui ont la même importance que celles qui sont d'actualité. Une fois que tu as traversé toutes les périodes de ta vie, commence de nouveau ; tu découvriras encore plus de fautes dans la tranche de temps que tu as déjà observée.
- Consacre une demi-heure chaque jour à cet exercice, le moment le plus propice étant l'aube. Il doit être fait immédiatement après l'exercice de patience avec les pois ou celui de l'immobilité. Une aide très précieuse peut être ajoutée à cette tâche très importante : une analyse parfaite de ton caractère grâce à une étude de ton écriture. Elle doit être faite par un graphologue que tu ne connais pas personnellement. Indique-lui qu'il est important pour toi d'avoir une évaluation très critique de ton écriture et que tu veux que tout soit exposé, sans aucune retenue ; tu veux

le véritable noyau de ton caractère avec toutes ses faiblesses.

- Si tu es toi-même versé dans la graphologie, tu peux bien sûr t'analyser, bien que, pour avoir une évaluation impartiale, il soit préférable que quelqu'un d'autre le fasse. Si tu ne connais pas de graphologue qualifié tu peux entrer en contact avec l'auteur[57]. Quoique cette évaluation graphologique soit un outil de valeur à appliquer sur soi-même, elle n'est pas absolument nécessaire. Tu peux essayer de la remplacer par l'exercice suivant :

- Au lieu du miroir de ton écriture, sers-toi du miroir que forme l'ensemble des êtres humains. Comment es-tu perçu par ton semblable ? Commence par tes amis et adversaires. Scrute-les l'un après l'autre ; envisage ce qu'ils pensent de toi et comment ils en sont venus à cette conclusion. Ne te cache pas derrière l'excuse : « comment puis-je le savoir ? ». Tu sais !... Derrière chaque animosité se cache une vraie cause que tu dois découvrir. Tu as toi-même amorcé bien des avalanches qui t'ont soumis à de grands dangers. Dans certains cas, ceux-ci avaient été générés par ton propre manque de contrôle,

57. *NdT. – Le docteur Georg Lomer n'étant plus de ce monde, vous pourrez trouver un graphologue en contactant la Société Française de Graphologie à l'adresse suivante, afin de connaître leurs correspondants en **France ou à l'Étranger** :*
S.F.D.G. – 5, rue Las Cases – F-75007 Paris (France) – Tél. : 01 45 55 46 94 – Fax : 01 47 53 06 58 – Internet : w6w.graphologie.asso.fr.
- *Pour la **Belgique**, consultez la Société Belge de Graphologie 227, Avenue de Broqueville B-1200 Bruxelles (Belgique).*
- *Pour la **Suisse**, consultez la Société Suisse de Graphologie Sur-le-Mont – CH-1724 Praroman Tél. : (064) 51.31.57.*
- *Pour le **Canada**, consultez L'Association des Graphologues du Québec – C.P. 731, Succursale Jean-Talon Montréal (Québec) H1S 2Z5 – Montréal : Tél : (514) 990-5182.*
- *Pour **d'autres pays, même non francophones**, consultez la SFDG citée plus haut.*

tandis que dans d'autres, ils avaient été causés par des activités douteuses.

- Une fois que tu as fait tout cela, commence par tes connaissances d'affaires et professionnelles. Certaines d'entre elles t'ont caché la vérité à un moment ou à un autre ? Peut-être ont-elles exagéré. Ce que tu dois déduire est l'intention réelle qu'elles sont amené à éprouver ; c'est un reflet de toi. Continue alors avec tes parents les plus proches et des amis intimes. Qu'est-ce que ton frère, ta sœur, ton conjoint disent de toi et de ton caractère ? Cherche les défauts et les imperfections qu'ils trouvent plutôt que tes qualités que tu connais déjà.

- Si le besoin se fait sentir, tu peux toujours obtenir un maximum de détails sur toi, sur ton caractère et tes autres habitudes en entrant anonymement en contact avec une bonne agence de détective et en demandant que l'on observe ton comportement et que l'on fasse ensuite un rapport sur toi. Accorde-toi toujours le temps pour toutes ces choses. Chaque jour, traite certains de tes défauts. Enregistre toujours les points principaux que tu as trouvés car à la fin ils te donneront une vue d'ensemble claire.

- Il y a encore une autre méthode que tu peux employer pour mieux te connaître, c'est ta main. En effet, la main d'un être humain est une carte météorologique qui montre clairement de quel point proviennent les tempêtes de la vie. Par sa forme et par la configuration des lignes de la paume, la main reflète les points critiques de ton développement : les années où tu dois lutter, la quantité d'énergie existante en toi. Tu auras ainsi une connaissance claire et exacte du point sur lequel tu dois insister tout particulièrement pour promouvoir ton développement spirituel.

- Si tu veux user de cette possibilité, recherche un bon chirologue[58] (qui ne doit pas être confondu avec certains charlatans qui font de la publicité pour leurs services). Il y en existe en Allemagne. Fournis à cette personne tous les documents nécessaires, comme par exemple l'empreinte des doigts, de la paume et de la forme extérieure des doigts. Une visite personnelle est, bien sûr, le meilleur procédé.

Avant d'entreprendre cette pratique de développement, il t'est nécessaire de reconnaître tes propres limites car un être humain ne peut atteindre qu'un certain degré de développement spirituel, dans une vie donnée.

Naturellement, tu peux analyser et juger ton écriture et t'aider de bons livres sur ce sujet. Cependant, cette connaissance ne peut pas être acquise rapidement. Il faut de nombreuses années d'étude et de pratique aussi bien qu'une aptitude spéciale pour devenir un bon graphologue ou un bon chirologue.

E – ***Rester quelque temps seul chaque soir.*** Chaque soir, passe quelque temps seul, si possible dans une pièce sombre. Rappelle-toi tous les événements et expériences du jour : les gens, les mots, les activités. Assure-toi à quel point tu as réussi tes exercices du jour et là où tu as échoué, là où les résultats étaient insuffisants. Tiens un journal dans lequel tu enregistreras soigneusement et calmement les résultats de ta vision rétrospective. Si cela est correctement fait, cette analyse de soi systématique et cette auto-évaluation prendront au moins un mois plein. Si, contrairement aux espérances, tu termines ton examen rétrospectif avant que le mois ne s'achève, répète le même procédé jusqu'à ce que le mois touche à sa fin.

58. *NdT. – Chiromancie : art de faire des divinations en considérant les mains.*

Récapitule toutes tes erreurs et défauts en en faisant un résumé significatif, en de phrases courtes contenant des mots clefs. À partir de là, fais un plan pour le jour suivant. Il est préférable de faire cela par écrit. Fais une note sur tes intentions de rejeter dès le lendemain ces agissements qui, dans la mesure où tu en as conscience, constituent tes imperfections de caractère et évite de commettre à l'avenir les erreurs que tu as faites auparavant dans ta vie. Écris cela sous forme d'une injonction.

F – ***Se laver avant le coucher.*** Avant de te coucher, lave-toi avec de l'eau. Quand tu laves ton visage et la partie supérieure de ton corps, combine cette action avec l'idée nettement définie que : *« De même que l'eau ôte maintenant toute la saleté de mon corps physique, de même ma volonté ôtera toute la saleté de mon âme ! Je progresse chaque jour ! »*.

Il serait très avantageux d'assigner un certain geste de la main à cette pensée, ce procédé t'aiderait à gommer certaines erreurs et imperfections de ton caractère. Par exemple, vois que tu as reconnu en toi quelque avidité, que tu n'es pas ponctuel, ou que tu es menteur, et ainsi de suite. Ainsi, quand tu te laves, pense : *« Avec ce mouvement de la main j'élimine mon avidité ; avec ce mouvement de la main j'élimine mon retard ; avec ce mouvement de la main j'élimine mes mensonges ! »*. Au début, tu dois exécuter cet exercice avec la plus grande attention. Cependant, après un moment, cela se fera de manière plus machinale qu'on ne le pense ; à un certain degré, tu le désireras même. De cette manière, tu injectes en toi, et de façon efficace, la qualité que

tu veux assimiler dans le programme organisateur inclus dans ton « Moi » le plus profond[59]. L'essentiel à observer réside dans la régularité de la pratique. Quand tu procèdes ainsi, il est important que tes pensées restent proches du sujet convenu ; tu ne dois pas être préoccupé par d'autres pensées, quelles qu'elles soient.



Résumé des Exercices du Niveau n° 1

Le matin	En matinée	En soirée
Lève-toi plus tôt le matin conformément aux directives données dans ce chapitre	Alterne les deux exercices de patience (les pois et l'immobilité) et le jugement de soi	Pratique la critique du jour, fais des plans pour le jour suivant, et purifie-toi, au coucher, avec de l'eau

Une fois le mois passé, demande-toi si tu as atteint ton but comme cela a été exposé dans ces instructions. Si tu n'as pas obtenu des résultats satisfaisants, continue alors ces exercices jusqu'à ce que tu réussisses. Alors seulement tu pourras aborder le Deuxième Niveau, sinon, cela serait inutile à ton plan de développement parce que tu ne serais pas capable de réaliser ce qu'il préconise.



59. *NdT. – Le subconscient.*

DEUXIÈME LETTRE

Lève-toi et deviens Lumière !

Ta Mission Spéciale

Mon ami et étudiant, quand tu sauras de manière approfondie ce qu'enseigne la Première Lettre et que tu auras bien pratiqué celle-ci, tu auras réalisé deux choses. D'abord, tu auras une image claire de ton propre caractère et de tes imperfections ; ensuite, tu auras fait le premier pas vers la correction et l'élimination de ces défauts. En d'autres termes, tu auras commencé à te voir comme l'Esprit te voit afin que tu puisses, d'une part, acquérir un aperçu de ce que tu veux dans la vie et comprendre ton but au cours de celle-ci, et d'autre part, te diriger toi-même selon cette vision. Sois convaincu que l'Esprit a un but spécifique pour toi que nul autre que toi ne peut accomplir et qu'Il t'a créé à cette fin particulière ; Il ne t'aurait pas mené à certains endroits, ne t'aurait pas fait rencontrer certaines personnes, si une telle intention n'avait pas existé.

Considérée de l'extérieur, la tâche qui t'est ainsi impartie peut avoir une apparence insignifiante ; elle peut se dérouler dans un contexte fait de devoirs professionnels ou d'exécution de travaux, paraissant tous dépourvus de sens. Tu dois accomplir ces tâches de tout ton cœur et en toutes circonstances. Tu peux être certain, surtout maintenant que tu abordes cette Voie,

qu'elles sont ce qui convient le mieux à ta croissance intérieure et à la maturation de ton être. Une fois ces devoirs accomplis, tu seras appelé à t'atteler à d'autres tâches. La raison pour laquelle beaucoup d'êtres humains ne progressent pas réside dans le fait qu'ils veulent sauter une étape ou qu'ils se découragent avant d'en terminer le parcours, en fait, avant d'être assez mûrs pour affronter la suivante. La vie repose sur le principe qui enjoint d'apprendre les leçons une à une. Qui ne prend pas ce conseil au sérieux mais en sourit avec arrogance sera remis tôt ou tard, pour un temps, sur le juste chemin par l'adversité et de nombreuses et sévères expériences.

Du point de vue qui nous intéresse, il n'y a donc aucun travail « inférieur » ou « supérieur ». Où que tu sois, fais ton devoir avec joie et une totale implication ; c'est ainsi que tu gagneras tes Lettres de Noblesse, lesquelles ouvrent la porte de l'étape suivante, celle qui mène à l'Esprit.

Lettre d'avertissement

Maintenant que tu as détecté tes défauts et que tu sais où marteler pour faire de ton être un outil parfait, récapitule l'essence de la connaissance que tu as acquise en quelques courtes phrases significatives et garde celles-ci près de toi afin de pouvoir constamment ou fréquemment les relire. Écris des phrases telles que « *Apprendre à être silencieux* », « *Rester calme* », « *Être patient* », etc. Note ceci sur un petit morceau de papier et mets celui-ci sur ton bureau, ta bibliothèque ou dans n'importe quel endroit susceptible d'attirer souvent ton attention. Écris ces mots très clairement avec de l'encre ou un stylo ou encore un crayon de couleur. Coupe ce papier en lui donnant une forme arrondie.

Si ceci peut être vite lu par autrui, abrège la phrase ou écris seulement la première lettre de chaque mot. Si cela est encore trop compréhensible, utilise alors tout symbole de ton choix, par exemple un Pentagramme ; quand tu dessines ce dernier, pense intensivement au sens de la phrase qui doit te rappeler à l'ordre. Chaque fois que tu considères ce morceau de papier, tu reçois, consciemment ou inconsciemment, une impulsion qui te guidera vers la direction désirée. Le principe qui s'applique ici est le même que celui que l'on trouve dans la publicité. Si tu lis cent fois la même publicité dans grand nombre de média, alors la cent unième fois tu pourras partir acheter le produit vanté, bien qu'à l'origine tu n'aies pas eu aucune intention de l'acquérir. Tu es dans un magasin et ta pensée plane ; tu es indécis. Alors la suggestion publicitaire, automatiquement acceptée, émerge en toi, sous la forme d'un désir, d'une envie. Tu obéis à cette impulsion sans savoir pourquoi tu as agi ainsi ni comment cela est arrivé.

La transformation de ton caractère

La méthode qui vient d'être décrite facilite grandement l'acquisition de nouvelles habitudes de nature positive. Celui qui veut transformer son caractère, qui veut le reconstruire — ce caractère étant ce que tu veux qu'il soit — doit, en effet, agir ainsi et délaisser ce qu'il y a de mauvais en lui. De fait, ce que nous nommons « caractère » est un conglomérat de quelques habitudes enracinées en nous. Par conséquent, dire de quelqu'un « *qu'il a un bon caractère* » signifie « *qu'il a de bonnes habitudes* ». Si l'on remonte à l'origine de chaque habitude, on trouve une pensée juste ou erronée ; il n'existe donc que des pensées habituelles. Nous touchons, à présent, le sens fonda-

mental de la pensée pour ce qui est de notre vie entière, de nos actes et de notre destinée.

Pensée : « Électricité Bénie »

Dans la Premier Lettre tu as découvert la structure intérieure de l'organisme humain. Tu sais que ce dernier se compose de plusieurs systèmes électriques qui s'enchaînent et forment une unité pour la durée de cette vie physique. Imagine cet ensemble sous la forme d'une pyramide ; son apex représente la Trinité Immortelle et sa base le Quaternaire mortel. Au fur et à mesure que nous descendons du sommet à la base, notre structure interne devient de plus en plus grossière et les Émanations du Principe Premier s'amenuisent.

Tous les systèmes sont en contact entre eux et échangent constamment des multitudes d'électrons. Le but de ces Enseignements est d'aider les électrons différenciés les plus élevés, les plus finement élaborés et vibrant sur une fréquence plus rapide dans les systèmes les plus élevés, à obtenir le contrôle des électrons inférieurs des systèmes subalternes pour que l'Être Éternel puisse être victorieux sur l'être mortel.

C'est seulement lorsque cela est couronné de succès qu'un mortel peut participer à la Force et à la Splendeur de l'Immortel. L'élément ayant le Pouvoir, dans cet ensemble, celui qui est le facteur de cet échange entre le Haut et le Bas et dont nous devons faire usage dans notre effort, est la pensée.

Tout échange subtil de fluides devient conscient grâce au processus de la pensée ; celle-ci est, pour ainsi dire, « l'intérieur », l'aspect intime de notre électricité vitale. C'est seulement par la pensée que notre Être le plus élevé gagnera, sous son influence, les Centres inférieurs.

La pensée : un système d'énergie sur une petite échelle

Grave bien dans ton esprit que les pensées sont des réalités qui se tissent dans une substance subtile extrêmement fine. Tout ce qui a trait à l'imagination, aux idées et aux concepts, est fait de cette fine substance. Ces « réalités » sont les Archétypes de toute chose. Tout ce qui est visible a son origine dans ces Archétypes. Examine les travaux faits par des mains humaines : les maisons, les machines, les avions, les navires à vapeur, les chemins de fer, les inventions de toutes sortes, les villes entières, oui, et même les pays. Avant qu'ils n'aient surgi extérieurement, ils ont dû être créés intérieurement dans la pensée.

Dans un premier temps, donc, une chose est pensée, et dans un deuxième temps, elle est créée. Penser est, en conséquence, une action essentielle, celle qui doit être entreprise en premier ; son contenu se densifie ensuite sur un Plan plus inférieur. Quelle immense puissance créatrice est inhérente à l'acte de penser ! Penser signifie créer.

Chaque pensée tend à se concrétiser

C'est un fait, qui peut être prouvé, que chaque pensée élaborée avec quelque attention a tendance à se concrétiser dans notre monde dense. Tiens-toi debout au bord d'une haute falaise et pense que tu pourrais tomber ; si tu penses ainsi, tu es déjà à mi-chemin vers le bas. La pensée est suffisante pour donner aux muscles du corps l'impulsion de tomber ; instinctivement, tu t'accrocheras à quelque chose. Marche dans une chambre d'hôpital où chaque malade souffre du choléra ; si tu as la conviction ferme que tu es immunisé contre cette maladie, tu en ré-

chapperas. Ta pensée, en effet, a conféré à chaque cellule de ton corps les pouvoirs de résistance les plus forts.

Le bègue balbutie parce qu'il est constamment torturé par la crainte de bégayer ; cela signifie qu'il ne peut pas se débarrasser de l'idée du bégaiement. Les saints ont obtenu leur « stigmates », les marques des clous du Christ, parce que leur pensée entière a été pénétrée par sa Passion. Quand une femme enceinte est le témoin de certains événements horribles, tel que la main d'un soldat qui est coupée dans un combat, son enfant peut naître prématurément et avec une seule main. Une autre femme voit un ami, jour après jour, dont la main, en raison d'un accident, a pris la forme d'une griffe ; elle en est bouleversée ; et bien, son enfant vient au monde avec une main semblable à une griffe.

La mort, concrétisation de la pensée

Même la mort peut être causée par les seuls effets de la pensée. Le cas d'un criminel parisien, condamné à mort, est bien connu car il a fait l'objet de l'expérience suivante. On lui a dit que, par faveur spéciale, il pourrait choisir entre une mort paisible dans sa cellule, reçue par une injection, et une exécution sur l'échafaud. On l'a déshabillé, bandé les yeux et lié à un banc. Son dos a été légèrement égratigné avec une aiguille, puis on y a versé de l'eau chaude. En quarante minutes l'homme était mort.

Des étudiants voulurent jouer une farce à un concierge de mauvais aloi. Ils se déguisèrent puis saisirent ce dernier en l'attirant devant une sorte de Tribunal de la Sainte Vehme[60], Instance qui le condamna à mort. Ils avaient les instruments du bourreau : une hache et un billot. Ils lui bandèrent les yeux, l'attachèrent au billot et la condamnation fut exécutée, c'est-à-dire que

le bourreau frappa son cou nu avec une serviette mouillée. Quand ils détachèrent l'homme, celui-ci était mort. La pensée que l'exécution avait eu lieu l'avait tué.

Nul n'a le droit, comme cela est si fréquent, de se moquer d'un Pouvoir si respectable comme celui de l'imagination.[61] Il n'y aurait aucun accomplissement ou travail fait de mains humaines sans la puissance de l'imagination !

Toi-même, sans le savoir, tu travailles chaque jour avec ce Pouvoir. Chaque particularité ou chaque ride de ton visage est formée par la puissance de ta pensée. Ce que tu penses jour après jour, la manière dont tu penses, tes habitudes ou le fil de tes pensées, laissent leurs marques sur ton visage comme un signalement de ton caractère, clairement lisible par un bon psychologue. Montre-moi à quoi tu ressemble et je te dirai qui tu es.

La nature des pensées enracinées en toi, c'est-à-dire les pensées que tu gardes en toi chaque jour, n'est donc pas sans importance. Tu sais maintenant que tu détiens un grand potentiel de maladie ou de santé dans tes propres mains, ce dont tu n'avais auparavant qu'une vague idée. Sois conscient de ce que les mécontentements gâtent ton appétit, que la peine engendre des maladies de cœur et que les chagrins multiples affectent le foie. Dans beaucoup d'exemples, même le cancer peut être suivi à la trace dans un passé fait de continuels soucis, de peur ou d'anxiété. Tu as

60. *NdT. – Sainte-Vehme : nom donné à des tribunaux exerçant en dehors de l'autorité légale dans l'Allemagne médiévale. D'abord établis, sans doute par les bourgeois des villes, vers le XIe siècle en Westphalie, pour refréner l'anarchie dans une ère de gouvernements faibles, ces Cours condamnaient, dans la clandestinité, les malfaiteurs à la pendaison immédiate. Devenus une menace à cause de leur secret et du terrorisme qu'ils exerçaient sur la population, ces tribunaux ont en grande partie disparu au XVIe siècle avec l'établissement des Principautés territoriales modernes.*

61. *NdT. – Imagination : art de créer des images par la Pensée.*

en toi le pouvoir de contrôler ce genre de courants de pensée, si constructif ou si destructeur, que tu autorises à t'affecter. Le moment n'est-il pas venu d'apprendre à connaître, de façon détaillée, les mécanismes de cet immense Pouvoir ?

Les composantes de la Pensée

L'être humain, du fait de sa capacité de penser, est donc, consciemment ou inconsciemment, un puissant maître-bâtisseur qui doit savoir comment, avec sa main habile, il doit faire usage de ces jeux de construction qu'élaborent ses pensées, s'il veut éviter des échecs ou bien déclencher l'effondrement de sa maison. Il t'appartient au moins de connaître quels sont ces jeux que tu gardes en toi.

Chaque pensée est l'image d'un concept, un modèle fait d'une fine substance ; sa concrétisation s'opère dans la matière dense selon ce moule subtil. De même que notre corps fluidique est le moule subtil de notre corps physique, de même notre pensée est un moule fait d'une substance vibratoirement plus élevée[62] qui va se densifier dans le monde fluidique puis, à partir de ce dernier, va se concrétiser dans le monde physique.

La pensée est donc le facteur de nature très élevée qui agit, influe, dirige et modèle la substance fluidique. Nous traitons ici d'images, essentiellement des images entièrement optiques, c'est-à-dire des images provenant de l'activité du sens de la vue. C'est dans la production de ces images mentales que réside tout le processus de la pensée. Celle-ci est une succession d'images qui, ensemble, constituent un pouvoir aboutissant à des résultats concrets. Ces derniers relèvent du pouvoir essentiel que le mental détient ; chacun

62. *NdT. – La substance mentale.*

devrait donc être conscient de la responsabilité du contenu de ses pensées car il met inévitablement cette puissance en activité et, dans la plupart du temps, il n'a plus la faculté de l'arrêter ou de la désamorcer. Si le mal est ce qui fonde sa pensée, alors ce mal sera capté par le monde des effets et, d'une manière ou d'une autre, quelque part, il prendra forme et se mettra en place concrètement. Il se peut que celui qui engendre ainsi ce mal dans sa pensée le subisse ensuite lui-même sous la forme d'une mauvaise habitude mentale et, tôt ou tard, le résultat concret suivra ; il se peut aussi que l'image néfaste créée par cette pensée influence une autre personne ou plusieurs et que ces dernières veuillent par la suite concrétiser cette impulsion. Cependant, chaque résultat ou action de la pensée qui s'est ainsi densifié revient à son géniteur, qui peut être considéré comme un criminel. En effet, le monde est un cercle fermé et chaque être humain est un tireur d'élite qui, sans le savoir la plupart du temps, tire toutes ses balles vers lui-même, que celles-ci soient bonnes ou mauvaises. Pour chacune de tes pensées, sois attentif à l'avenir de cette réalité.

Ce qui vient d'être expliqué montre combien il est important de maîtriser cette énorme Puissance qui gouverne l'Univers. À cette fin, tu dois, tout d'abord, connaître la Source de ce Pouvoir ; alors, et seulement alors, tu pourras le contrôler, l'orienter et l'augmenter, comme tu le voudras, pour l'utiliser finalement selon la Volonté de ton Moi Supérieur.

Les Sources énergétiques de la Pensée

Nous commencerons cette étude en mentionnant immédiatement le point le plus important : les principales sources d'énergie de tes pensées sont tes propres souhaits, tes propres désirs. Ces derniers sont des mo-

teurs qui créent une séquence infinie d'images lesquelles passent devant le rayon de ton Œil Spirituel de sorte que tu es entraîné à agir ensuite selon ce que ces images contiennent. Si tu suivais ce mouvement, alors toute la tension énergétique qui s'est produite retomberait — il y aurait donc équilibre dans la force — puis elle s'échapperait de toi. Toute excitation ou tension, liée à un désir, tend à t'influencer pour que celui-ci soit satisfait ; cette concrétisation permet — par extériorisation — la libération de l'énergie. Un souhait est aveugle et n'a pas la volonté de te servir ; bien au contraire, il cherche à se servir exclusivement.[63] Si tu laisses le désir avoir sa propre volonté, l'énergie électrique qu'il contient se déchargerait dans cette volonté même, telle la foudre qui frappe la terre[64]. Est-ce que nous n'avons pas appris comment apprivoiser celle-ci afin qu'elle puisse effectuer un travail productif ?

La Puissance du désir : ton moteur

Tu dois apprendre à contrôler le Pouvoir inhérent au désir pour qu'il puisse servir les buts les plus élevés. Sois heureux si tu es doté d'un tempérament passionné et d'un désir puissant. Sois heureux de l'énergie vitale qui est contenue en toi ; c'est le moteur dont la force t'aidera à monter, à être régénéré dans l'Esprit et dans la Vérité. C'est un fait que chaque désir que tu vaincs — peu importe de quelle espèce de désir il s'agit — te rend maître de toi-même et ainsi le maître de ton destin. Chaque montée commence par la capacité « de se refuser quelque chose » et chaque chute commence par la perte du contrôle sur soi-même. Par conséquent, tu dois prendre cette voie si tu es sérieux dans ta démarche spirituelle. Le moteur particulier, le plus puissant, qui vibre en toi, est la sphère sexuelle. À cet égard, quelques éclaircissements particuliers sont absolument nécessaires.

63. *NdT. – Le désir (qui est fait de substance mentale et de substance astrale) ne tendrait alors qu'à s'amplifier lui-même, se donnant ainsi une auto-existence. Il est de règle que toute forme élaborée dans une substance quelconque (mentale, astrale, éthérique et physique dense) contient l'impulsion d'assurer son existence et donc d'éviter d'être détruite ; « le nec plus ultra » se produit lorsqu'une forme, faite de substance inférieure (physique-éthérique et astrale), capte quelques particules de substance mentale ; cette mentalisation lui permet de durer davantage. C'est ce principe qui régit l'instinct de conservation de notre corps physique ; c'est ce principe qui régit la vie des Élémentaires (Voir* « Le Chemin de la Véritable Initiation Magique » *de Franz Bardon). Le désir userait de sa volonté, s'il en avait, pour accroître celle-ci laquelle serait dans ce cas : « durer » (en tant que forme astrale et mentale).*

64. *NdT. – Un désir porte une charge magnétique ; la tension mentale (la pensée) qui le sous-tend et l'entretient ou même l'a provoqué, est de nature électrique. Lorsque le désir est satisfait, la charge magnétique qu'il contenait s'évanouit ; alors, la charge électrique, contenue dans la pensée explose pour rééquilibrer l'échange : « le volt » explose. Le pouvoir électrique de la volonté est ainsi dilapidé*

Lumière Supérieure et Lumière Inférieure

Le principal Feu Créateur se compose de deux Lumières ou Pôles, présents dans l'être humain. Le Pôle supérieur est le Génie Divin et a son siège dans le cerveau ; de nos jours, ce Pôle est fortement inexploité chez la plupart des êtres humains. Le Pôle inférieur est l'énergie sexuelle ou pouvoir sexuel ; il a son siège dans les reins ; très actif, il est la source de la plupart de nos désirs.

Entre ces deux Pôles, il existe un échange vif et important d'énergie dont le baromètre est la pensée. En effet, plus le Pôle inférieur est productif, plus l'énergie tend à s'extérioriser sur le Plan Physique et moins d'énergie reste disponible pour la fonction de la pensée. Inversement, plus l'écoulement d'énergie sexuelle vers l'extérieur est radicalement coupé, plus l'avantage pour la puissance de la pensée est grand.

L'énergie sexuelle cherche l'immortalité de la race au moyen de la procréation. Le Génie Divin, dans un

être humain, cherche son propre Éveil dans le but d'une Immortalité Consciente. Ce but exige l'apport des énergies énormes qui sont contenues dans le Centre sexuel. Compte tenu du fait que l'énergie sexuelle et le Génie Divin entretiennent une relation réciproquement agissante, l'accomplissement de l'Immortalité Consciente de l'individu dépend d'un style de vie temporairement ascétique. La Lumière Supérieure ne peut se développer que si la Lumière Inférieure lui offre ses énergies électriques. C'est pourquoi tu ne peux pas réussir sans le contrôle absolu des impulsions sexuelles.

Un homme, selon la nature, vit, le regard tourné vers le monde extérieur, il voit ce dernier à travers le voile de ses propres souhaits et désirs. L'homme spirituel vit le regard tourné sur l'intérieur, il voit le monde sans désirs, avec les yeux de l'Esprit.

Les effets de l'ascétisme

Tu dois connaître tous les effets qui suivront et que tu pourras atteindre grâce à ta victoire sur le désir. En général, la première chose que tu éprouveras sera une augmentation perceptible d'énergie ; tu deviendras subjectif aussi bien qu'objectif, plus sain et plus productif. Ton corps rajeunira en tous points et bientôt tu éprouveras une croissance sensible quant à la puissance de ta faculté de visualiser. Tout ce que tu penseras prendra des formes qui seront plus définies et mieux modelées : le pouvoir de former des images croîtra. Tu pourras penser plus rapidement et avoir ainsi des réponses plus rapides et plus souples.

Tu observeras simultanément que ton influence sur autrui augmente lentement mais sûrement. Cette croissance sera proportionnée à la réussite des exercices qui te seront donnés. Dans ton propre intérêt, tu

dois être très précis et consciencieux. Chacun porte le Sceptre de l'Esprit dans sa besace.

Nous commencerons maintenant par les exercices tendant à contrôler le désir. Comme tu le sais, ceux-ci commencent par le contrôle des pensées ; ils commencent donc par œuvrer à l'intérieur puis à l'extérieur, sur la sphère entière des activités de la vie. La devise pour le Deuxième Niveau est donc : « *Sois le Maître dans ta propre maison* ».



NIVEAU N° 2

« Sois le Maître dans ta propre maison »

Par-dessus tout, sois ferme dans la connaissance et deviens habitué au fait que toi et « ta maison » n'êtes pas « un » et identiques. On dit habituellement : « mon corps, mon intellect ». Le mot « mon » exprime la propriété. Il existe donc un propriétaire qui s'estime séparé de sa propriété ou de ses biens.

Dorénavant, lève-toi tôt le matin, ce qui, conformément aux expériences du premier mois, servira le mieux ton but. Soumets-toi alors aux règles suivantes :

1 – Limite ta consommation de viande autant que ta santé le permet ;

2 – Combats mentalement chaque jour toutes les faiblesses que tu te connais ;

3 – Pratique chaque jour cet exercice de contrôle des muscles :

A – Exercice d'extension des doigts ;

B – Exercice d'extension des bras avec un verre ;

C – Exercice de marche lente, pas à pas.

4 – Pratique chaque jour une séance de concentration de courte durée ;

5 – Évite n'importe quelle dépense inutile d'énergie ; maintiens ton calme en toutes circonstances ;

6 – Fais quotidiennement l'exercice d'accumulation d'énergie grâce à la maîtrise des désirs ;

7 – Continue à pratiquer l'autocritique quotidienne chaque soir et à faire des plans pour le jour suivant.

EXPLICATIONS

1 – Limiter la consommation de viande.

Celle-ci n'est pas désirable pour des raisons diverses. Elle est acquise par la mort d'un être sensible et innocent, qui, par comparaison, est étroitement lié à toi sur le Plan Physique. Même si tu supposes que l'abattage réel d'un tel animal est rapide et donc presque indolore, il ne reste pas moins que la préparation entière, le transport, le séjour à l'abattoir, un environnement de sang caillé, etc., ont un effet sur l'animal. La mort de ce dernier est et reste un acte de barbarie auquel tu ne dois pas, dans la mesure du possible, participer. Pose-toi la question : « *Mangerais-je la viande posée dans mon assiette si j'avais dû abattre l'animal moi-même ?* »

Avec le sang animal, tu absorbes aussi le transporteur organique[65] des passions de cet animal et de ses désirs non contrôlés. Une transmutation complète de la chair animale en énergies essentiellement humaines n'est pas toujours couronnée de succès et chaque être humain n'en a pas les capacités. Il est bien connu — et cela se comprend — que le fait de manger trop de viande rend les hommes coléreux, sensuels et passionnés. C'est donc un obstacle sur le Chemin du développement spirituel.

65. *NdT. – Une partie de son énergie vitale.*

Dans ce contexte, nous pouvons dire par expérience qu'un régime à prédominance végétarienne ou purement végétarien promeut des capacités plus hautes et aide à préparer la base organique qui soutient celles-ci. Il est important, quant à notre But, que l'organisme bénéficie d'un certain affinement vibratoire lequel est plus facilement obtenu par l'absorption de substances végétales. Comme tu le sais, des millions de gens, en Extrême-Orient, vivent essentiellement sans viande. Il y a certainement un rapport direct entre ce fait et leur prédisposition à la douceur. Dans l'ensemble, ils considèrent l'homme blanc comme un être agressif, bien que celui-ci ne puisse penser de lui-même en ces termes. Les vibrations mentales sont les premières à être perçues par les races sensibles. Tant de discours ont lieu sur un idéal de Paix mais l'homme occidental ne peut, sérieusement et concrètement, accéder à ce dernier tant qu'il restera — comme en l'état actuel des choses — un mangeur de viande.

Les peuples nordiques[66] ont vécu pendant des millénaires dans un climat septentrional dur où ils ne pouvaient pas survivre sans une alimentation très nourrissante ; ils avaient besoin d'une nourriture lourde, riche et grasse. Ils ont habitué leur corps à un tel régime et ce, à un degré tel, qu'un changement complet causerait maintenant des conséquences préjudiciables à leur santé. Conduis-toi donc ainsi : limite tes plats de viande à ce qui t'est absolument nécessaire. Ne mange de cet aliment qu'une ou deux fois par semaine. En outre, limite la quantité de saucisses, etc. À la place, mange des œufs, du fromage, des pâtes, des crêpes ou une alimentation farineuse. Il

66. *NdT. – Georg LOMER s'adresse aux Allemands.*

est recommandé de manger du riz et des céréales et aussi toutes sortes de noix et de fruits. Le poisson, considéré du point de vue de l'ascétisme, n'est pas de la viande. Tu peux l'apprécier une fois par semaine. Le café et le thé sont permis mais seulement en un usage modéré et très allégés d'eau. Ta nourriture ne doit pas être de quantité excessive. Ne mange jamais au point de te sentir repu. La satisfaction de ton palais est inutile.

2 – Lutter par la pensée.

La lutte — au moyen de la pensée — contre tes faiblesses se fait par les exercices suivants :

A – Exercice avec ta photographie sur une chaise. Place une chaise devant toi. Fixe-y une image de toi, si possible une photographie prise les jours précédents. Si tes capacités de visualiser sont déjà assez grandes, au lieu d'utiliser une photographie, tu pourras te voir mentalement comme étant assis sur cette chaise.

Tiens-toi en face de cette image mentale (ou devant cette photographie) et parle-lui comme si celle-ci était une personne étrangère à toi-même ; aborde-la de cette manière : « *Maintenant je te connais ! Je méprise tes penchants vers ...* (mentionne tous les défauts dont tu es devenu conscient pendant le mois précédent). *Entre toi et moi, je construirai une cloison qui nous séparera. Désormais je ne veux plus rien avoir à faire avec toi. Nous en avons fini l'un avec l'autre !* »

B – Injonctions positives liées à une gymnastique des bras. Retourne ensuite l'image sur la chaise, éloigne-la de toi ou tourne-lui le dos et parle-lui de tes nouvelles intentions ou résolutions, avec des phrases courtes mais décisives. Tu dois prendre grand soin quant à la formulation de ces phrases ; assure-toi

qu'elles sont nécessairement positives et non négatives. Par exemple, tu ne dois pas dire : « *Je ne mentirai plus, je n'afficherai plus de mauvaises manières, je ne m'engagerai plus dans des affaires douteuses !* » Tu dois dire, au contraire : « *Désormais, je veux dire seulement la vérité ! (ou je garderai le silence !), je veux seulement développer de bonnes habitudes, je veux seulement conduire des affaires honnêtes* » et ainsi de suite. La règle est la suivante : une phrase positive et brève non seulement s'incruste plus facilement dans notre mémoire mais elle produit des résultats beaucoup plus rapidement qu'une phrase à tournure négative. Agis donc en conséquence !

Tu dois prononcer ces formules avec une grande emphase, de la façon suivante : ferme tes deux poings et étends tes bras devant toi à la hauteur des épaules. Quand tu prononces le mot « Je », ramène rapidement tes deux poings vers tes épaules et étends à nouveau les bras, toujours poings fermés, quand tu prononces le mot « veux ». Répète ce procédé avec chaque phrase d'injonction que tu as choisie. Tu dois toujours faire cela avec la plus grande tension musculaire possible, comme si tu faisais un travail physique pénible ou comme si tu soulevais des poids lourds. Comprends que lorsque tu exécutes ces mouvements de poussée, tu donnes à ta vie une nouvelle dynamique, un nouveau stimulus énergétique. En parlant ainsi, tu mets une mécanique en mouvement.

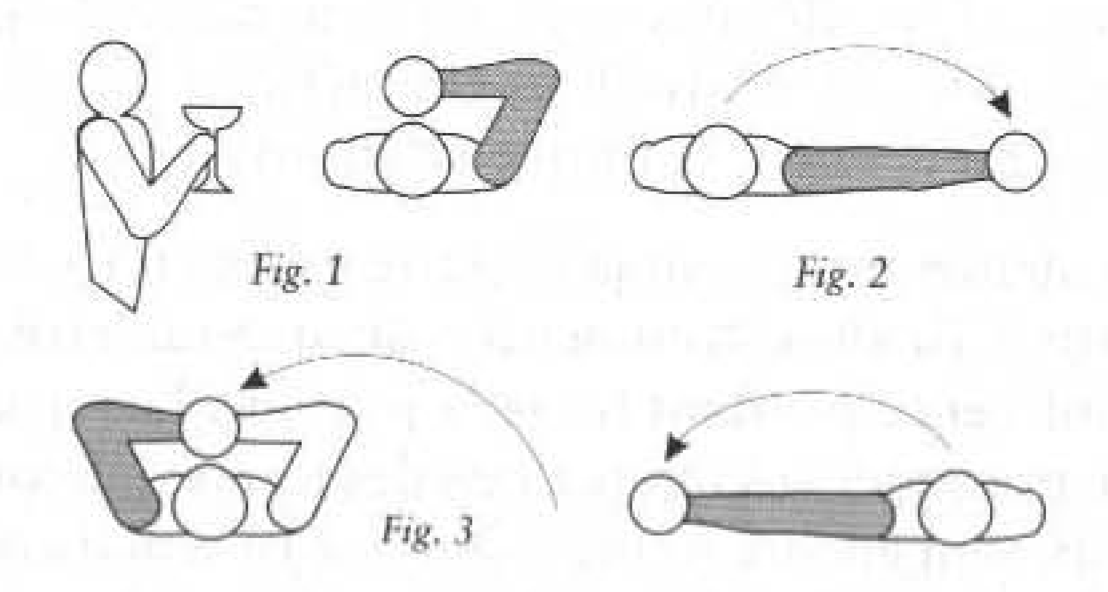
Le meilleur moment pour faire cet exercice est tôt le matin. Tu dois commencer ainsi pour être sous cette influence pendant toute la journée. Le mieux serait de pratiquer ces injonctions dès ton réveil, lorsque tes yeux sont encore fermés. Dès que tu remarques un progrès vers un but donné, limite-toi aux objectifs les plus importants. Plus tu progresses, plus tu peux omettre entièrement la première partie de cet exercice, à savoir les injonctions lancées à ton image.

3 – **Exercices de contrôle musculaire.**

Les trois exercices de contrôle musculaire doivent être faits quotidiennement, dans l'ordre, c'est-à-dire, le premier puis le deuxième, et enfin le troisième, chacun une fois.

*A – **Premier exercice.*** Assieds-toi à une table, dos bien droit, sans toucher celle-ci. Étends tes bras devant toi sur la table et maintiens-les droits et rigides, poings serrés côte à côte. Commence très lentement à étendre le pouce de ta main droite, contrôle chaque phase de ce mouvement comme s'il était de la plus grande importance pour toi. Fais de même avec l'index et poursuis avec tout les autres doigts de la main droite, jusqu'à ce que tous soient déployés. Puis, inverse le procédé en repliant lentement le petit doigt, puis l'annulaire et ainsi de suite jusqu'à ce que tous les doigts soient rentrés et que le poing serré se trouve devant toi comme il était au début. Fais de même avec ta main gauche.

*B – **Deuxième exercice.*** Remplis un verre à vin avec de l'eau jusqu'au bord. Tiens-le dans ta main droite et lève-le de sorte que l'eau soit au niveau de tes lèvres *(Fig. 1)*.


Fig. 1 *Fig. 2* *Fig. 3*

Étends alors ton bras très lentement sur ta droite, le verre à la main, sans trembler ni renverser une seule goutte *(Fig. 2)*. Suis bien ces instructions. Ramène maintenant le verre à tes lèvres *(Fig. 3)*. Fais de même avec la main gauche.

*C – **Troisième exercice.*** Tiens-toi debout, bien droit, talons joints et regard droit devant toi. Le lent mouvement de marche simulée qui va être expliqué se divise en trois phases ; compte de « 1 » à « 3 » avec chaque phase.

Commence ***la première phase*** *(Fig. 4)* avec le pied gauche : soulève lentement ton talon en comptant « 1 » et, le temps de compter jusqu'à « 3, » plie ton genou ; tout doit être fait très lentement. Cela doit prendre un minimum de 5 secondes. Au début, chronomètre ces mouvements ! Le temps de compter jusqu'à « 3 » pour ***la seconde phase*** *(Fig. 5)*, tu auras soulevé ta jambe gauche et auras fait avancer ton pied, comme si tu marchais. Ceci devra prendre autant de temps que la première phase (5 secondes) et être exécuté avec la plus grande attention. Pendant ***la troisième phase*** *(Fig. 6)*, le temps de compter jusqu'à « 3 », tu mettras le pied sur le sol en basculant le poids de ton corps sur le pied gauche et, quand tu arriveras à « 3 », ramène ton pied droit pour qu'il soit à côté du pied gauche, revenant ainsi à la position initiale. Observe chaque mouvement très attentivement.

Enfin, recommence l'exercice avec le pied droit. Si tu ne réussis pas avec l'un ou l'autre exercice, refais-le le jour même.

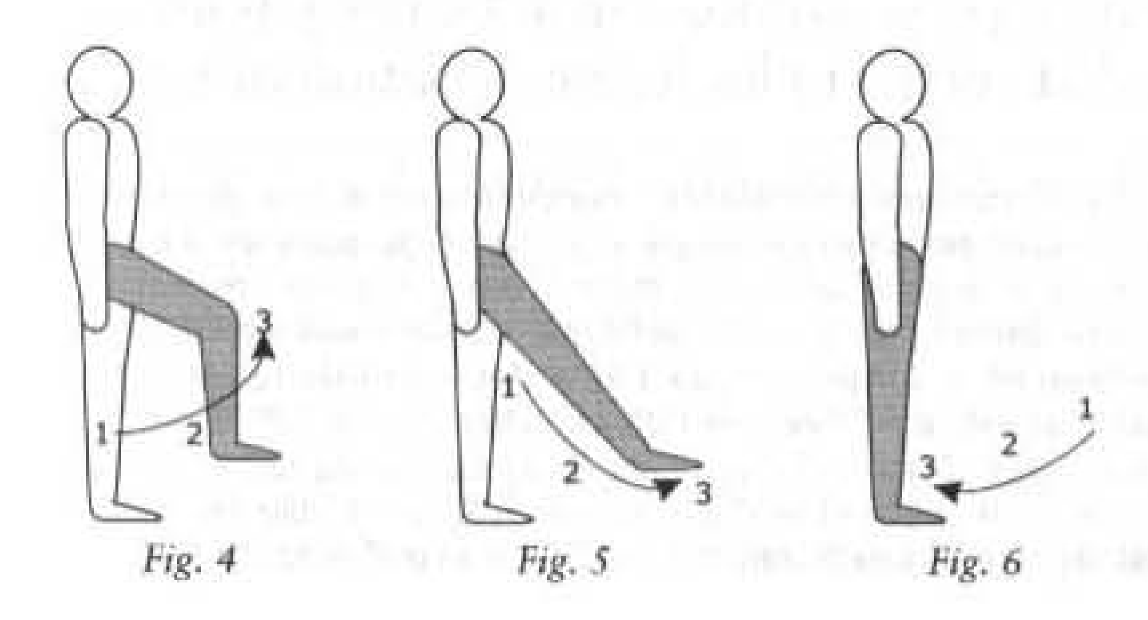


Fig. 4 *Fig. 5* *Fig. 6*

4 – Concentration « mineure » quotidienne.

Tu n'as généralement pas l'esprit tout à ton travail lorsque tu accomplis tes nombreuses activités dans la journée et que tu penses à toutes sortes de choses. Le matin, en prenant ton bain et quand tu es habillé, tu pourrais penser, par exemple, à ce que tu dois faire ce matin ou à une réunion à laquelle tu dois assister. Tandis que tu déjeunes, tu pourrais aussi penser à une certaine lettre que tu dois écrire, etc. L'exercice de « concentration mineure »[67] consiste à attacher tes pensées exclusivement sur l'activité que tu exerces à un moment donné, à ce qui est nécessaire à cet instant. Tu dois apprendre à prêter consciemment attention à tes pensées pour éviter leur dispersion. Sache qu'il n'y a vraiment aucun travail qui soit « inférieur » ; il deviendra inférieur si tu l'exécutes mal. Dirige ta volonté pour prendre soin de tout et ce, de la meilleure façon possible. Sois complètement attentif ; sois profondément absorbé dans ce que tu fais au moment où tu le fais. Quand tu écris une lettre, quand tu te laves les mains, quand tu es en train de lire un livre, quand tu joues avec un enfant ou un chien, quand tu dînes ou que tu noues ta cravate, dans tout ce que tu fais, concentre ta pensée sur seulement ce que tu fais.

Tes pensées essayeront toujours de dériver, surtout au début. Ramène-les au point où elles se sont arrêtées avec une ferme persévérance. Ne te fatigue pas en corrigeant immédiatement la plus légère déviation de ton but.

67. *NdT. – Concentration mineure : concentration sur ce que l'on fait, l'on dit, etc. La concentration « majeure » : exercice qui consiste à s'asseoir et à se concentrer sur un objet, un thème, etc. La concentration mineure, qui semble souvent de peu d'importance, est un exercice essentiel :* ***il fonde réellement la Libération de l'être des conditions de l'existence humaine et mène à l'Éveil de l'Illumination.*** *Voir le 22ᵉ Texte du* « Digha Nikaya » *(les Grands Discours du Bouddha Gautama)* « Pour atteindre le Sentier juste, pour atteindre le Nirvana, la seule Voie est celle des Quatre Établissements de l'Attention [...] C'est le seul moyen, ô moines ! le seul. »

Choisis une heure différente pour cet exercice chaque jour. Par exemple, le premier jour, commence-le de 8h00 à 9h00 du matin, le deuxième jour de 9h00 à 10h00 et ainsi de suite. Continue de cette manière chaque jour jusqu'à atteindre les heures du soir, en ayant donc bien parcouru toutes les heures de la journée, puis recommence de nouveau par les heures matinales. Cet exercice est très important. Non seulement il te donnera une meilleure mémoire, ce que tu remarqueras vite, mais il constituera aussi l'étape préliminaire, l'exercice préparatoire, au prochain exercice de concentration « majeure » qui fait partie du programme du mois prochain. Plus tu feras cet exercice avec précision, en toute conscience et avec succès, plus il te sera facile de réussir ceux qui suivent. Tu dois travailler durement lors de chaque Niveau ; rien ne viendra de soi-même.

5 – Éviter des pertes d'énergie

On évite des dépenses inutiles d'énergie en restant absolument calme et en pratiquant la concentration « mineure ». L'énergie mise en œuvre pendant cette concentration — qui est, en d'autres termes, utilisée pour un seul but donné, une action, etc. — doit être gagnée en dominant les désirs (6ᵉ exercice) et en travaillant à la maîtrise de soi (le présent exercice). Les exercices numérotés de 4 à 6 ont des liens entre eux que tu dois comprendre et prendre en considération. Pense à ce lien pour savoir quel mécanisme tu veux mettre en mouvement.

Sois attentif au fait que tu doives rester maître de toi-même ; autrement dit, tu dois rester calme en toutes circonstances, intérieurement aussi bien qu'extérieurement !

Pendant la journée, tu es assailli par toutes sortes de tentations qui te font non seulement réagir d'une

manière ou d'une autre mais qui tendent aussi à perturber ta paix mentale. Toutefois, c'est seulement dans cette paix intérieure que tu pourras préserver ton énergie. Les individus ou les objets environnants t'incitent à l'ennui, à la bouderie, à la crainte, à la haine, à l'envie et à la passion, afin de tirer le courant de force de ta volonté et de tes pensées vers eux et de profiter de ton énergie. Ils désirent attirer celle-ci parce qu'à chaque surexcitation, tu la dégages de toi-même. Une personne très excitable est toujours plus faible qu'une personne calme. Plus tu seras fort, par nature, plus tu seras flatté et recherché avec grand soin par autrui. Les gens font tout pour t'enjôler au cours de conversations, en t'incitant à t'impliquer, intérieurement et extérieurement, dans divers événements. Le but de leurs tentatives est, comme ils disent, de t'aider « *à sortir de ta coquille* » ! En réalité, cependant, cela ne signifie rien de plus que ces personnes envient ce que tu es — en raison de l'énergie que tu as accumulée en toi — et qu'elles soupçonnent ou ressentent cela, voulant en fait que tu partages celle-ci avec elles.

Le premier commandement auquel tu dois donc obéir est : « *Isole-toi* ». Considère-toi comme un accumulateur électrique qui doit soigneusement contrôler n'importe quelle production de son propre courant. Ne suis jamais les autres ; en fait, garde tes énergies pour toi. Cela ne signifie pas que tu doives vivre comme un ermite mais que tu dois trouver un juste milieu. Apprends à être réservé sans offenser autrui et sans attirer une attention quelconque sur toi. Un certain isolement est absolument nécessaire si tu veux progresser sur ton nouveau Chemin.

Prête une grande attention à chaque nouvelle rencontre qui entre dans ta sphère d'activité ou qui essaie de te fréquenter ; vois si elle ne veut pas, en réalité, quelque chose susceptible de capturer ton énergie !

Gouverne ta vie et donc ton être intérieur ; sois aux aguets ! Cette attitude ne signifie pas, je le répète, que tu doives traiter tes amis et connaissances d'une façon désagréable, répulsive ou peu amicale. Tu dois être un vrai philanthrope, quelle que soit une situation donnée. Apprends à être utile, obligeant et prévenant sans épuiser tes forces.

Si tu maintiens ton calme intérieurement aussi bien qu'extérieurement, en toutes circonstances, tu peux être assuré que tu préserveras une certaine quantité d'énergie. Si tu sens quelque menace tendant à te faire sortir de cette attitude tranquille, empêche immédiatement ce danger en érigeant activement un mur de pensées, un rempart mental, entre toi et ce qui essaie de te dilapider. Tu peux accomplir cela de la façon suivante : mets au point un exercice qui puisse être fait n'importe quand (de manière à passer inaperçu en public). Visualise-toi entouré entièrement par un dôme invisible d'acier qui ne laisse passer aucune perturbation.

Si tu es de nature irascible, tu devras pratiquer souvent cet exercice sans attendre d'être agressé par l'environnement. Tu constateras son efficacité.

6 – Accumuler l'énergie de désirs volontairement inassouvis

Cet exercice se combine avec l'exercice précédent. Il n'est pas question de supprimer tous les désirs qui surgissent pendant la journée parce que cela déclencherait des réactions graves et désagréables.

Souviens-toi, ton organisme est soumis à de nombreux désirs qui doivent être impérativement assouvis sinon il ne pourrait continuer de vivre. C'est ton

petit frère ; tu dois prendre soin de lui. Toutefois, tu ne peux pas lui permettre de te dominer. Rappelle-toi toujours que c'est sa nature.

Donc, pour accumuler l'énergie contenue dans tes désirs, pratique l'exercice qui consiste à ne pas assouvir volontairement ces derniers.

A – Exercices négatifs : refuse-toi certains conforts lorsque tu t'assois : enlève le coussin auquel tu es habitué. Ne choisis pas de chaise confortable mais préfère une chaise particulièrement dure ou inconfortable. Ne porte pas tes chaussures neuves à la maison pour mieux les ajuster à tes pieds. Refuse-toi certaines choses en mangeant, comme le sucre, le sel ou d'autres épices que tu aimes. N'emploie pas de beurre dans ton sandwich. Prends une très petite portion de ton mets préféré. Mange le moins possible de ce que tu aimes le plus. Bois seulement de l'eau pendant un jour entier. Ne mets pas ta viande préférée dans ton sandwich pendant un jour entier. De même, laisse de côté une collation peu importante comme la pause du thé ou du café, l'après-midi. Refuse-toi les facilités offertes par ta vie professionnelle auxquelles tu es habitué. Refuse d'assister à un spectacle de théâtre, à un concert ou à quelque représentation que tu attendais avec impatience. N'achète pas ce que tu aurais acquis par pur plaisir, un livre, un timbre rare, un vase, un journal, etc. Refuse-toi le confort quant à l'aménagement de ton sommeil en enlevant la descente de lit ; supprime un oreiller ou place sous celui-ci un grand livre ou une planche.

B – Exercice positif : efforce-toi de faire ce que tu n'aimes pas ou ce que tu aurais dû faire et qui ne l'a pas été. Tu peux écrire une lettre désagréable que tu aurais dû écrire il y a longtemps et pour laquelle tu « *n'as jamais trouvé le temps* ». Écris cette lettre maintenant.

Tu voulais avoir une conversation à cœur ouvert avec quelqu'un mais, pour de nombreuses raisons, tu la remettais sans cesse. Aie-la dès maintenant !

Si tu as quelques achats urgents à faire, au lieu de le faire dans la hâte et par le chemin le plus court, fais un détour et force-toi à marcher très lentement. Si, par exemple, tu t'irrites en entendant certains sons — un crayon sur de l'ardoise ou la craie sur un tableau, le frottement des ongles avec un papier d'émeris, une main qui frôle du velours — efforce-toi de les écouter avec une joyeuse disposition et la plus grande la paix intérieure et même provoque-les !

Si tu as de l'aversion envers certains animaux, comme les chats, les grenouilles, les araignées ou les serpents, approche ces animaux dès que tu en as l'occasion ; touche-les, caresse-les et sois bon avec eux. Sois attentif au fait que l'Esprit du Monde les a créés aussi bien qu'Il t'a fait et que tu es incontestablement relié à eux au sein de la Substance Cosmique. Tu ne dois rien détester puisque tout provient de l'Unité et tu dois faire tous les efforts pour surmonter ton aversion ou ton antipathie envers des individus, des animaux ou des choses qui te font frissonner.

Surmonte aussi ton dégoût pour certains aliments que tu n'aimes pas.

Tous ces exercices, négatifs et positifs, doivent être pratiqués sans aucun sentiment de contrainte. Tu dois les faire volontiers, avec la joie et la vivacité intérieures de l'âme. Tant que tu ne réalises pas cela, tant que tu gémis et soupires, tu ne saisis pas l'essence de cet exercice. L'attitude extérieure est importante mais l'attitude intérieure l'est encore plus. Tu dois essayer d'atteindre un sentiment de pénétration avec cette équanimité joyeuse qui est supérieure à toute chose. Ton humeur et ton contentement ne doivent plus dépendre de quelque chose d'extérieur à toi-même. Sois

un roc de calme et de contentement, dégagé des notions comme « peu » et « beaucoup », « agréable » et « désagréable », « confortable » et « inconfortable ». Pratique le sentiment d'être un roc avant que ce ne soit devenu ta deuxième nature.

Assurément, les exemples précités sont seulement un point de référence quant à la façon dont on devrait exécuter ces exercices. Tu n'es pas leur prisonnier ; tu peux en ajouter quelques-uns uns qui te soient propres. Cela, cependant, s'applique seulement aux exercices positifs et négatifs ci-dessus ; tous les autres exercices doivent être strictement respectés. Fais donc cela chaque jour, avec au minimum un exercice positif et un exercice négatif.



Résumé des Exercices du Niveau n° 2

Le matin	Pendant la journée	En soirée
Lutte par la pensée	Concentration « mineure » (1h)	Introspection de soi
Exercices de contrôle musculaire	Exercice d'accumulation de l'énergie par l'inassouvissement des désirs	Élaboration de projets pour le lendemain



TROISIÈME LETTRE

Lève-toi et deviens Lumière !

Introduction

Tu dois avoir à présent une image claire de la nature du pouvoir de la pensée, celle-ci étant pour toi l'arme la plus forte qui peut donner vie et mort dans cette existence. Tu sais comment alimenter ce pouvoir, comment le recueillir, l'accumuler et en empêcher la perte. Si tu as achevé les Première et Deuxième Lettres, tu as appris à l'utiliser par cette méthode facile qu'est la concentration.

Avant d'aborder des procédés plus difficiles dans ce domaine, tu dois savoir comment tu peux étendre le plus loin possible les résultats obtenus par la pratique de ce Cours et contrôler les progrès que tu as déjà faits.

Avant d'entrer sur ce Chemin Intérieur, il est nécessaire de te protéger des influences nuisibles qui viennent de l'extérieur parce que celles-ci peuvent s'immiscer en toi ou te détourner de ce processus de développement. Mets donc ta maison en ordre ! Éloigne-toi de tout individu dont tu as reconnu la nocivité. Si cela est difficile en raison de circonstances sociales, limite sa fréquentation au minimum et en aucun cas ne reste ou ne deviens son ami intime. En outre, érige, en la circonstance, « le dôme en acier invisible ». Alors seulement tu seras préparé.

Un être humain est comme une branche sur un arbre. Tu ne trouves pas la plus grande abondance de sève dans l'écorce mais à l'intérieur de l'arbre. C'est là que la sève circule le plus activement et qu'elle relie la branche au tronc. C'est là que tu dois chercher, si tu veux comprendre les activités secrètes des forces qui organisent, construisent et détruisent et que tu désires si ardemment contrôler.

De même que les feuilles verdissantes correspondent à la conscience de veille, de même la sève des branches correspond au subconscient. Le processus par lequel le fonctionnement du subconscient te devient conscient réside dans les rêves.

Rêves : le premier seuil vers l'Au-delà

Si tu veux trouver l'origine de toute chose, tu dois suivre d'abord le guide que sont tes rêves. C'est là l'entrée menant aux profondeurs de ton existence. C'est là le baromètre des activités inhérentes au corps fluidique[68]. C'est le lieu où les images primaires, en formation en toi, sont actives et que des capacités nouvelles et hypersensibles émergent en premier et se reflètent. Cela signifie que si tu veux observer la transformation de tes propres profondeurs, tu dois comprendre tes rêves.

Rêves : une deuxième réalité

Sache que les rêves constituent des expériences aussi réelles (ou irréelles) que n'importe quelles expériences faites lorsque nous sommes éveillés. La différence réside simplement dans notre état de conscience.

68. *NdT. – Ne pas oublier qu'il s'agit du « double éthérique ». Voir note 18, page 19 de la Première Lettre.*

Dans tes pensées quotidiennes, tu es extérieurement distrait par les sens (qui peuvent être comparés aux feuilles d'un arbre), tandis que les expériences que tu fais pendant le rêve sont intérieurement concentrées (et peuvent être comparées à la circulation de la sève dans la branche). Pendant le rêve, ton « Je » est transféré sur une autre sphère d'expérience, dans un autre milieu et surtout dans le corps fluidique. Tu vois en ce dernier ce qui existe là-bas à travers — pour ainsi dire — un autre objectif.

Ce que tu éprouves pendant le rêve apparaît devant toi avec une intensité bien plus grande que ne le font les événements au cours de la journée. Quand tu pleures dans tes rêves, tes larmes sont plus chaudes et plus amères que toutes les larmes du jour. Tu fais l'expérience de choses insignifiantes, pourtant, tu les perçois avec une profondeur exceptionnelle. Et c'est toujours toi qui éprouves ces événements et personne d'autre. Quand tu te réveilles, soulagé ou triste, le matin, tu ne devrais pas dire « *c'était seulement un rêve !* » et essayer ensuite d'oublier tout ceci aussi vite que possible. Au lieu de cela, tu devrais te demander : « *Qu'est-ce que ce rêve essayait-il de me dire* ? ». Les rêves sont comme les événements de la journée ; ils sont des messagers avec des lettres scellées, écrites dans une écriture secrète, codée. Ce que celles-ci doivent t'apprendre peut être important et d'une valeur unique.

Tous les rêves sont allégoriques

L'écriture secrète des rêves est faite de symboles que tu dois apprendre à décoder. Ceux-ci, dans leur intégralité, forment un langage qui est de loin supérieur à toutes les langues du monde ; c'est la langue universelle de l'Esprit, compréhensible à chacun une fois que l'on en a trouvé la clef.

L'interprétation des rêves est à nouveau de nos jours sur le point de devenir une science importante. Le concept qu'expose ce livre ne nécessite pas plus qu'un bref aperçu. Celui-ci devrait, cependant, suffire pour t'initier à cette science. Toutefois, ce qui te fera le plus avancer sera ton propre travail. En effet, de celui qui veut pénétrer le secret des rêves, il n'est pas exigé un intellect aigu mais de l'imagination et quelque intuition pour élaborer son propre langage au moyen d'images qui lui sont personnelles. Tu pourras alors découvrir le message que t'envoie un déséquilibre psychique dont le baromètre le plus fin est le rêve.

Tu dois clairement comprendre que chaque rêve doit être saisi, dans sa totalité ou au moins en partie, selon le langage symbolique. Par exemple, un homme d'affaires sans enfant rêve qu'il jette un petit enfant dans l'eau. Interprétation : il renonce à un nouveau projet qu'il aurait bien pu entreprendre. Un officier militaire rêve qu'il est placé dans un cercueil en grande tenue. Interprétation : il change de profession et « meurt » en tant qu'officier. Bien que chaque personne ait son propre type de rêve qui a un sens pour elle seule — et beaucoup plus si sa vie spirituelle est plus développée — c'est aussi un fait prouvé que certains symboles oniriques se retrouvent souvent et ont une signification commune à la plupart des gens concernés ; connaître ces symboles est donc très utile.

Symbolisme des rêves

1 – Symbolisme du corps

Les membres du corps ou les parties de celui-ci représentent principalement les membres de la famille ou des biens de valeur ; la perte de dents évoque généralement le décès d'un proche. D'autre part, de nouvelles dents peuvent signifier de nouveaux biens ou

d'autres choses similaires. Il est aussi intéressant de savoir que certains orifices ou certains membres du corps humain se substituent les uns aux autres : par exemple, le pouce prend la place des organes génitaux masculins, la narine celle de l'oreille, etc. Cela s'applique aussi aux liquides du corps : le lait, par exemple, peut représenter le sang. Une augmentation de poids ou de certaines parties du corps, tel le visage, symbolise la santé et la prospérité dans les questions matérielles. La perte de poids représente le contraire. Le doublement de la taille du corps représente le mariage. La dissolution ou la transformation du corps indique la mort. Le corps est souvent représenté comme une machine ou un appareil, plus encore comme une maison dont les pièces correspondent à ses cavités. La tête et le front représentent le dernier étage ou le grenier. Des araignées dans le grenier signifient des maux de tête ; l'œil est une fenêtre, l'estomac est la cuisine, l'intestin un passage sombre, vestibule ou passage souterrain, la cavité abdominale le sous-sol. Une personnalité importante entrant au sous-sol avec une lumière pourrait signifier qu'un médecin examine la cavité abdominale. Le sang lui-même se montre comme une lumière, l'activité du cœur comme un rythme de lumière éclatante et sombre. Aussi, des couleurs rouges comme des roses rouges, le papier peint rouge et des vêtements rouges, sont-ils souvent un symbole de sang. Les larmes se montrent elles-mêmes dans les rêves comme des perles.

2 – Symbolisme de l'argent

Selon la place qu'occupe l'argent dans la vie quotidienne, il existe, même dans un rêve, un nombre infini de symboles pour le représenter. Parmi ceux-ci — selon leur forme — il y en existe aussi qui expriment la pénurie. Tout ce qui a un rapport avec l'or et l'ar-

gent ou tout ce qui ressemble à ce métal précieux — des cheveux d'or, des objets inestimables, etc. — doit être compris comme un symbole de l'argent. Couper ses cheveux signifie perte d'argent. L'argent est aussi symbolisé par la vermine sous toutes ses formes, tels poux, puces ou punaises. En outre, l'analogie avec les excréments, d'origine humaine ou animale, s'explique par le fait que l'argent est un produit du travail comme les excréments sont celui du corps.

Souvent, le sang est aussi un symbole d'argent ; une sentence dit que vous devez « vous saigner », ce qui signifie que vous devez payer. Tout ce qui est mangé, tels la viande, le pain, les gâteaux, le gibier ou la venaison, le bétail, etc., signifie les revenus, surtout si le rêveur est un homme. Par ailleurs, les symboles de fertilité comme les œufs, les fruits, le riz et le poisson représentent des revenus si le rêveur est une femme.

3 – Symbolisme de la fertilité et de l'amour

Nous arrivons maintenant à ce vaste sujet, très important, qu'est le symbolisme sexuel. En ce qui concerne la femme, le principal organe féminin, l'utérus, apparaît souvent comme une mère physique ; si elle apparaît, en rêve, « ivre », cela signifie que la rêveuse est enceinte. Les sucreries et la cueillette des fleurs sont des actes affectueux et les plaisirs de l'amour. Les enfants sont représentés comme des bijoux, des images inversées, des photographies. Les organes génitaux masculins apparaissent sous de nombreux masques tels une lance, une flèche, un fusil ou un revolver, étant entendu que si les femmes rêvent de leur père, ce dernier représente assez curieusement les organes génitaux masculins. Le sperme apparaît comme de la farine ou du vin. Si le père physique, le vrai, apparaît, il a généralement l'aspect d'un individu imposant tel un empereur, un général, un directeur de société ou autre personnalité marquante.

4 – Symbolisme Animal

Les animaux ont différentes significations ; ils symbolisent souvent des sentiments et des passions. Les chiens, par exemple, représentent de bas désirs sensuels ; les chats, des pensées déloyales et nocives ; de grands prédateurs, comme les lions, les crocodiles, etc., représentent le danger ; les chevaux, une sensualité ardente ; les vers, larves et serpents, une maladie et toutes sortes de désagréments ; les animaux légendaires, des pensées adverses.

5 – Symbolisme de la vie et de la mort

L'énergie vitale se manifeste symboliquement comme le feu dans un fourneau avec une provision de charbon ou bien comme des arbres et des plantes à feuilles persistantes, enfin par une lumière rayonnante de flammes. Les maladies se révèlent sous la forme d'un feu consumant tout, avec ou sans fumée, parfois aussi comme une eau envahissante et montante ; les animaux noirs tels des chiens, des souris, des chats ou des corbeaux représentent la maladie et la mort.

Quelquefois celle-ci se montre comme une personne, un squelette, un passeur, un membre du clergé, un étranger, etc. Les couleurs de la mort sont le noir, le blanc, le gris, le bleu, le violet et le pourpre. La maladie et la mort prochaine s'expriment par des fiançailles et la mort elle-même par un mariage.

6 – Symbolisme météorologique

Les nuages, surtout les orages, représentent toujours des dangers. Les inscriptions flamboyantes sont toujours des avertissements et elles sont particulièrement significatives lorsqu'elles apparaissent dans le ciel. Un temps ensoleillé et un paysage plaisant, souriant, symbolisent toujours le caractère sain d'une si-

tuation particulière. Plus le temps, dans une certaine scène, est sombre, plus sombre est également son sens. Des dangers plus sérieux s'annoncent par l'image d'une voiture, d'un cheval ou d'un chariot incontrôlé ou d'un train roulant à grande vitesse. De grandes catastrophes ou des révolutions s'annoncent au rêveur par des symboles cosmiques comme des inondations, des tremblements de terre, la chute ou l'occultation du soleil ou de la lune, des comètes, des formes ardentes dans le ciel.

7 – Symboles attachés au « mouvement » dans les rêves

Le rêve que l'on fait souvent où l'on conduit une voiture ou bien l'on voyage en train ou en bateau, représente le voyage de la vie que l'on accomplit tous. Si tu rêves d'un voyage régulier et rapide dans un des véhicules cités plus haut, plus doux te sera le voyage de ta vie. Plus les obstacles sont présents sur ton chemin, plus pénible sera ton existence ou la situation qui te préoccupe en ce moment. Les rêves de vol ont trait à l'ambition ou à une personne qui se considère supérieure aux autres. Le mouvement rythmique tel que celui du voyage, de la natation, du cyclisme, de la danse, etc., représente généralement l'érotisme.

L'intention et le but des rêveurs

Le rêve puise ces milliers d'images dans le trésor qu'est ta mémoire et il les arrange pour servir ses propres fins. En conséquence, un symbole peut avoir des significations très différentes. La valeur de ces symboles n'est jamais absolue. Ce que tu éprouves sont des actions projetées où tu es toi-même à la fois l'auditoire et l'acteur. Nous avons affaire ici avec une personnalité double où tous les individus qui paraissent et

agissent dans le flux de tes rêves se glissent ensemble dans une personne entière au moment de ton réveil. Le kaléidoscope entier que tu perçois est toi-même. Le but de toute cette expérience est de pondérer toutes les tensions graves existant en toi. La plupart de tes rêves sont, dans un sens ou un autre, des expressions de désir, de crainte ou d'inquiétude. Moins ton âme est développée, plus tu auras des rêves de cette nature. Rappelle-toi bien cela.

L'analyse du rêve comme un baromètre de l'Âme

L'analyse constante des rêves te donne une compréhension continuelle des événements se produisant au sein de ton propre « moi ». Tu identifies ainsi quels genres de souhaits et de craintes agissent en toi. Tu apprends à être conscient, sans aucune simagrée, c'est-à-dire sans atténuation ou déguisement esthétique et moral, des défauts que tu n'as pas surmontés. Tu dois apprendre à examiner tes rêves avec un esprit autocritique, autrement dit, tu dois déjà avoir cette attitude dans la journée.

Plus tu pénètres profondément tes rêves, plus tu verras clairement que, parmi ceux-ci, nombreux ont une double signification secrète ; cela te sera patent quand tu auras atteint un certain niveau de maturité dans ton développement spirituel. L'amour et la mort, le père et la mère et d'autres symboles portent une signification mystique plus élevée encore que tu dois trouver. Si l'Âme elle-même apparaît sous forme symbolique, elle sera représentée par un oiseau ; de même, si tu rêves de vol ; ce symbole te dévoilera de nombreux secrets.

Plus tu progresseras, plus le caractère de tes rêves changera. Une grande part de leur contenu, qui était

primaire, s'effacera. De nouveaux signes et types de scènes émergeront mais tu tireras des leçons de tous. Progressivement et selon ton développement intérieur et ta capacité de concentration, des rêves de nature plus élevée se mélangeront avec les jeux de la sphère inférieure de la conscience. Tu recevras alors la preuve de l'éveil — avec des conséquences d'ordre pratique — des plus hautes énergies en toi. Tu commenceras à devenir conscient par la Christisation[69] et l'éclaircissement de l'âme à partir de la Trinité la plus Haute. Le Quaternaire Inférieur, le corps inclus, deviendra raffiné et réceptif à ces impulsions fortement spirituelles et entrera au service des Systèmes Supérieurs.

Ce travail sur les rêves va de pair avec les études ultérieures des pouvoirs de la pensée dont tu trouveras une information plus détaillée dans les explications suivantes : « la concentration majeure ».

La concentration majeure

La concentration majeure est aussi appelée « rassemblement » ou « immersion » ; elle est divisée en phase passive et phase active. La phase passive précède la phase active ; elle essaie d'obtenir, dans la mesure du possible, une immobilisation complète de tout le Quaternaire Inférieur, pour autant que cela soit faisable, afin d'éviter une perte d'énergie. L'érudit qui est complètement pris par son travail et l'homme d'affaires qui est totalement absorbé par le désir de faire de l'argent, pratiquent déjà, à un certain niveau de l'inconscient, cet exercice de concentration. Quand l'érudit écrit un excellent ouvrage qui le rend célèbre et que les hommes d'affaires deviennent des magnats

69. *NdT. – Christisation : acquisition les valeurs christiques (amour, douceur, bonté, charité, patience, etc.,) dites « valeurs féminines » ou, en correspondance élémentale, « valeurs de l'Eau ».*

financiers qui influencent le destin de nations entières, ils doivent leur réussite à ce type de concentration.

Tu vas apprendre maintenant comment développer et diriger systématiquement toute ton attention sur un seul point. On procède ainsi :

1 — Phase Passive

Coupe-toi de tout ce qui, autour de toi, est susceptible de t'attirer. Choisis une pièce sombre. Assure-toi qu'aux alentours règne un silence absolu et que tu es bien seul. Prends la position de repos qui te convient le mieux. Essaye, en premier lieu, ce qui suit : prends place sur une chaise confortable, si possible un fauteuil. Assieds-toi dans une position non contraignante ; repose ta tête et ton dos contre le dossier, mains sur les genoux. Place tes pieds côte à côte, séparés de dix ou quinze centimètres. Ferme les yeux.

Fais un effort pour amener chaque muscle de ton corps dans un état complet de relaxation. Fais cela avec beaucoup de précision. Tourne ton attention intérieure d'abord vers ton bras gauche ; pense constamment que ton bras gauche doit parfaitement se détendre. Plus l'idée de relaxation est précise, plus celle-ci réussira : c'est une loi. Pense d'abord que le haut du bras se détend ; visualise cela avec les détails les plus fins. Imagine comment chaque fibre de muscle, l'une après l'autre, renonce à sa tension. Pense : « *Je retire mon énergie entièrement !* ».

Continue alors de la même manière avec le coude, l'avant-bras, le poignet, la main et des doigts. Fais alors de même de ton bras droit et continue ainsi avec le reste du corps. Le premier but de cet exercice est atteint lorsque tu ne sens plus ton corps ni aucun de tes membres. Pendant tout ce processus intérieur, ta respiration doit continuer avec calme.

Le deuxième but est d'amener toutes tes pensées au repos. C'est la partie la plus difficile de ta tâche bien qu'elle paraisse plus facile qu'elle ne l'est en réalité. Dès que tu as atteint ce point de repos, tes pensées commencent à fluctuer et elles se comportent comme une famille de singes en train de grimper ou un essaim d'abeilles qui a été dérangé ; elles sont indignées par la force coercitive qui veut les gouverner. Une autre difficulté touche certaines personnes parce qu'elles ont tendance à s'endormir. Sois en alerte et rappelle-toi que tu ne dois t'endormir en aucune façon.

Bien au contraire, tu dois rester complètement éveillé ; tu dois t'habituer à un état particulier qui est le plein éveil car ceci est le fondement de tout ce qui suit. Afin de faciliter cet exercice, tu dois te faire guider pendant tout ce processus par la flamme d'une bougie.

Tu dois penser : « *Je suis complètement éveillé et je ressemble à une flamme brûlant tranquillement !* ».

L'état d'immuabilité intérieure absolue qui est déclenché par ce procédé est tout à fait particulier et il te faudra probablement quelques tentatives avant de le réussir. Ce qui est désigné sous le nom de « tentatives » s'applique seulement à la position de ton corps. Si tu ne réussis pas dans la position indiquée, répète alors l'exercice dans une position différente, en étant par exemple couché sur le dos, sur le côté, en te mettant à genoux ou en position accroupie. Tu peux aussi mettre tes mains dans une position différente : plie-les en ayant les poings relâchés ou placés dos contre dos, paumes tournées vers l'extérieur. Conserve la position qui te donne les meilleurs résultats. Trouver la position juste peut prendre plusieurs jours. Seul une approche pratique de ce problème apportera de meilleurs résultats et contribuera au progrès.

Le but, comme il a été mentionné, est d'obtenir une immuabilité interne et externe. Une fois que tu as accompli cela, la phase active suit.

2 – Phase active

Cette phase peut être structurée de façons diverses selon le but choisi :

A – *Maîtrise de soi*
B – *Méditation*
C – *Contemplation*

A – Maîtrise de soi et croyance. La maîtrise de soi (par l'autosuggestion) est de loin la façon la plus efficace permettant d'agir sur les habitudes profondément ancrées dans la partie la plus organique de toi-même. C'est ce type d'attaque déclenchée par le mental au moyen de l'autosuggestion — dite « attaque latérale » et qui agit sur le subconscient — qui te conduira certainement à la victoire, même lorsque tu traiteras de défauts profondément enracinés et que « l'attaque frontale » — celle que tu mèneras consciemment en essayant de les corriger — ne sera pas suffisante.

Tu dois suivre un plan que tu auras déterminé à l'avance ; tu emploieras, en effet, des formules d'autosuggestion, comme cela a été conseillé, qui soient positives, puissantes et brèves. (« *En toutes circonstances je reste courageux !* » ou « *Jour après jour j'ai une meilleure maîtrise de moi !* » ou « *Ma santé est incontestable !* »). Si tu as choisi un objet particulier, tu devrais en faire un dessin mental, un contour clair ; tu devrais créer une image du but que tu veux atteindre. Par exemple, vois-toi doté de la qualité que tu veux acquérir. Plus les couleurs et les formes de cette image mentale seront vivantes, plus la réalisa-

tion et la concrétisation seront précises en raison des pouvoirs inclus en toi. Ton corps fluidique et subtil obéira à cet ordre et, avec la certitude d'une loi mathématique, il mettra les forces nécessaires en mouvement pour l'exécuter sans se soucier du fait qu'il n'ait reçu que des instructions générales ou précises. Ce corps accepte l'ordre sans se poser de questions ; cet ordre devient son dogme ; il obéira aveuglément. Chacune de nos croyances est entrée en nous de cette manière ou de façon similaire.

L'acte d'implanter en toi une idée ou de mémoriser peut être accompli de façons diverses. L'approche la plus simple est celle qui consiste à te convaincre toi-même de l'ordre ou de l'autosuggestion par une paisible récitation mentale d'une phrase. Cela se fait ainsi : mot à mot, lentement, avec une pause après chaque mot. La phrase doit être répétée plusieurs fois à de courts intervalles. Outre cette méthode simple et, pour ainsi dire, de base, il en existe d'autres que tu découvriras durant ces études.

B – La méditation. Quand tu médites, tu fais pénétrer au fond de toi-même une succession d'images avec les sentiments qui leur correspondent. Les images, comme les sentiments, sont exactement définies ou bien esquissées. Par une observation rapprochée, on commence par embellir minutieusement l'image initiale. On doit faire cela en en excluant tout autre ; cette démarche ne présentera aucune difficulté si la première phase de la concentration a été pratiquée correctement. Une fois ceci compris, regarde la séquence d'images défiler devant ton écran mental, yeux clos ; ce faisant tu plonges en toi-même. Cette immersion doit se faire avec une telle conviction intérieure que l'observateur et l'objet de son observation deviennent, pour ainsi dire, un. Une fois que tu as maîtrisé cela, le résultat est la troisième phase, la

phase d'éclaircissement ou d'inspiration : une compréhension et une connaissance de la vérité la plus profonde contenue dans l'ensemble des images. Tu ne pourras comprendre cela dans son entière profondeur que si tu es capable de t'y fondre, en toute conscience, à l'intérieur de toi-même. Cette démarche est toute personnelle et chacun l'éprouve d'une manière qui lui est propre ; ceci ne peut pas être expliqué mais expérimenté.

C – La contemplation. La contemplation, comme son nom l'indique, signifie rester dans la même position, immobile, avec un concept simple en tête sous la forme d'une image. Le mental est complètement immobile et dirigé vers un objet particulier ; il éprouve alors le processus de fusion, mentionné auparavant, de la conscience en faisant l'exercice approprié. Le plus haut niveau de cet état de la conscience est l'extase et celle-ci n'est pas aisément accessible à tous. Il serait souhaitable que ce niveau soit atteint, surtout lorsque des conséquences drastiques pèsent sur ta vie et demandent la mise à l'épreuve de ce que tu as acquis.

Il en sera dit davantage sur ce sujet dans un autre chapitre.

Avant que nous ne commencions avec la pratique du Niveau n° 3, nous devons noter que les exercices allant de 5 à 7 de la Lettre précédente (rester calme, accumuler l'énergie par la maîtrise des émotions, autocritique quotidienne) doivent être poursuivis. Nous ne devons pas parcourir ces Leçons en complétant, niveau après niveau, une pratique qui nous semble difficile et que nous oublierons plus tard. Nous voulons obtenir la transformation et le développement de toute la personnalité ; nous voulons créer en nous des qualités qui perdurent, qui relèvent d'un haut degré d'évolution et qui, enfin, nous resteront à jamais.

NIVEAU N° 3

1 – Enregistre tes rêves chaque matin et cherche à obtenir une compréhension claire de leur signification.

2 – Pratique chaque matin, pendant cinq minutes, l'exercice relatif au souffle.

3 – Pratique un exercice de concentration préliminaire quotidiennement, s'alternant entre ces deux exercices :

A – L'exercice avec un objet

B – L'exercice de visualisation

4 – Fais l'exercice qui consiste à fixer des yeux un point.

5 – Fais une méditation quotidienne en alternant sur ces deux thèmes :

A – La mort et les obsèques

B – L'arbre de Vie

6 – Pratique l'exercice de « l'attaque latérale par le mental ».

EXPLICATIONS

1 – TENIR LE JOURNAL DES RÊVES

La meilleure méthode pour enregistrer tes rêves est de tenir un journal que tu dois changer ou disposer selon ton goût. Le but poursuivi serait mieux atteint si tu enregistrais tes rêves sur la page gauche et les événements du jour sur la page droite ; tu peux aussi couper verticalement une page en deux et procéder de même. Il s'agit de faire une corrélation entre les événements quotidiens et tes rêves. (À cet égard plus d'explications suivront dans ce chapitre.)

Tes expériences oniriques ont lieu dans le corps fluidique, sans que n'intervienne l'action des organes sensoriels physiques. Le rêve aborde ton « Moi » par un autre côté de ton être, le côté peu connu. Tu as donc tendance à oublier le contenu de tes rêves dès que le phénomène se produit[70], à moins que celui-ci ne soit immédiatement enregistré dans ta mémoire physique[71]. Il est absolument nécessaire que tous tes rêves soient notés dès le réveil. Notes-en, du moins, les mots clefs que tu compléteras ensuite. Si ceux-ci sont correctement choisis, ils suffiront à te rappeler l'événement entier.

Souviens-toi de ceci : chaque rêve que tu traites est, la plupart du temps, un rêve de désir ou de peur. C'est par ce genre de rêves que tu peux examiner les recoins les plus secrets de tes espoirs et de tes soucis. Les principaux éléments d'un rêve, ses images, etc., sont simplement un moyen par lequel le rêve essaye d'exprimer une pensée et rien de plus. Même lorsque des images, depuis longtemps oubliées et qui surgissent rarement, émergent à nouveau, elles ne le font pas ou ne se manifestent pas gratuitement ; elles apparaissent toujours pour atteindre un but. Trouver ce but est ta tâche. Si une personne décédée t'apparaît dans un rêve, cette personne peut en réalité ne pas être concernée ; le rêve peut seulement vouloir vous dire : « *Quelque chose d'ancien et d'oublié depuis longtemps revient !* » Une grande réunion à laquelle tu es présent signifie seulement que tu seras en contact avec beaucoup de personnes. N'oublie jamais que les rêves sont des images, des images, des images. De temps en temps un rêve introduit des mots dans des images ou bien l'illustration de mots extraits d'une phrase, d'un proverbe, d'une expression ou d'un idiome ; par exemple : « *Avoir l'œil sur quelqu'un* », « *Passer de la pommade à quelqu'un* » ou « *Duper quelqu'un* ».

---

70. *NdT. – Dans le double éthérique ou « corps fluidique », selon les termes du Dr LOMER.*

71. *NdT. – À moins que le contenu des rêves ne soit transféré au cerveau physique.*

Il est impossible de prévoir comment ces choses seront représentées dans un rêve en raison de l'abondance d'analogies existantes. Tous les exemples cités ci-dessus n'ont pas une valeur absolue mais seulement relative laquelle est donc changeante.

Au commencement de ta démarche tendant à interpréter correctement tes rêves, tu échoueras, selon toute probabilité, de nombreuses fois. Cependant, n'en sois pas affecté. Si tu ne comprends pas un rêve immédiatement, examine-le de nouveau le lendemain ou le surlendemain. Plus ton développement intérieur progressera, plus tu auras une relation particulière avec ta vie quotidienne.

Ne crois pas que tu travailles en vain pour surmonter tes peurs et tes désirs ; essaye surtout de surmonter toutes les passions. Ce n'est pas un sport insensé. Il sert plutôt un but plus sérieux : apaise les remous de ton âme reflétés dans le miroir que sont tes rêves afin que celle-ci puisse projeter clairement les images qu'elle capte du monde spirituel, te faire comprendre aussi fidèlement que possible la vérité de ce qui existe et communiquer cette dernière à ta conscience de veille. Dans les rêves de passion ou d'émotion se glisseront des rêves liés à des Vérités Universelles. Tes rêves t'informeront, en premier lieu, des changements intervenant dans ton corps physique, puis ils te rendront compte d'événements extérieurs, proches ou lointains, et finalement ils décriront l'avenir ; cela te donnera la preuve concrète de l'existence d'un Plan où sont accumulées des situations et des expériences et dans lequel est inscrit, en tant que « présent », tout ce qui arrive dans la vie matérielle.

Afin de t'assurer du sens d'un rêve, commence ta démarche par ces questions : as-tu affaire ici avec un désir, une espérance ou une crainte ? Dans quelle mesure cela pourrait-il être plus que cela ? Note ce que

tu crois avoir trouvé. Il est également recommandé de relire de temps en temps tes notes sur tous tes rêves ; ils révéleront souvent un aspect différent, celui que tu n'auras pas vu auparavant. Prête une attention particulière aux rêves qui se répètent régulièrement car ils sont, d'une façon ou d'une autre, d'une importance particulière pour toi.

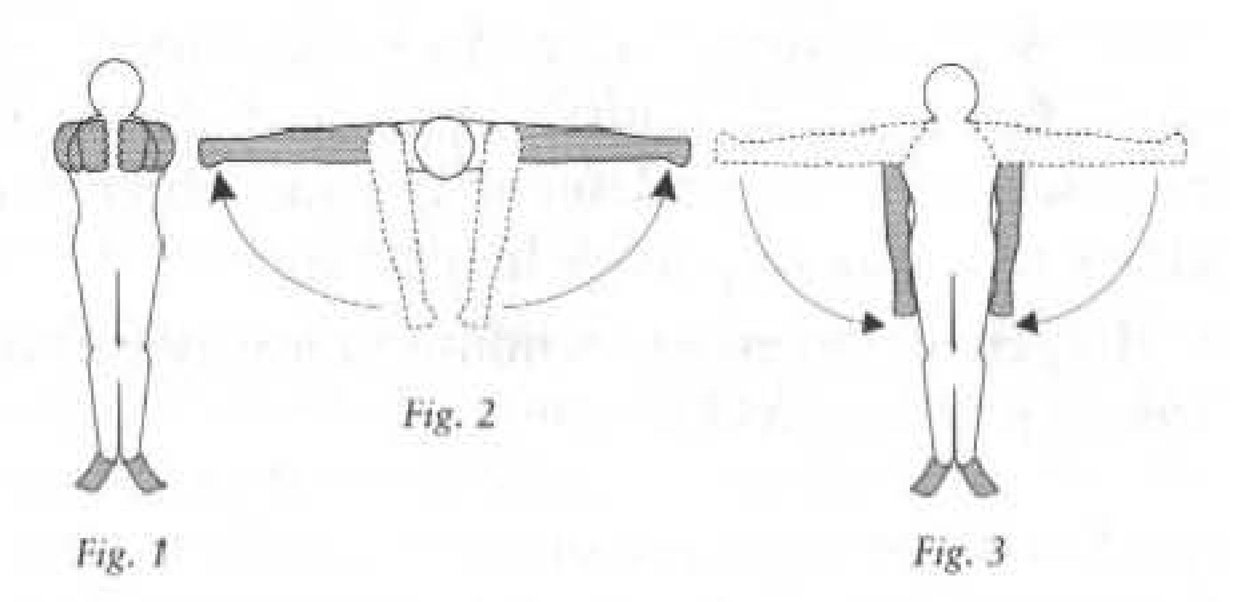
2 – La respiration donnant de la force

Tôt le matin, place-toi debout devant ta fenêtre ouverte. Place tes pieds en angle aigu et regarde droit devant toi. Pousse tes bras, parallèles l'un à l'autre et poings serrés, devant toi (Fig. 1) (ceci est la position de départ). Exécute maintenant la « Respiration qui donne de la force » en trois étapes :

A – Inhalation lente. Mets tes bras en croix *(déplace–les, étendus, sur les côtés, les poings serrés)* (Fig. 2).

B – Fais suivre par une exhalation lente. Mets les bras le long du corps *(déplace-les de haut en bas lentement)* (Fig. 3).

C – Prends un répit. Pendant ce temps, replace tes bras devant toi dans la position tendue de départ *(bras tendus devant toi)*.


Fig. 1 Fig. 2 Fig. 3

On doit exécuter tous les mouvements au ralenti et chacune de ces phases de cet exercice de respiration

devrait prendre 10 secondes. Au début, utilise une montre. Pendant tout l'exercice, les bras doivent rester tendus et les poings serrés.

3 – Exercice de concentration

A – Avec un objet. Prends un petit objet dans tes mains, comme un soldat d'étain, une poupée, une photographie, une carte postale, etc. Regarde l'objet sous tous les angles aussi méticuleusement que possible. Ne pense à rien d'autre qu'à cet objet. Prête attention à chaque détail et imprime-les tous dans ton esprit, même celui qui semble le moins important. Ferme alors tes yeux et cherche à te le rappeler si clairement, dans toutes ses minuties, que tu peux, pour ainsi dire, le toucher. Concentre-toi jusqu'à ce que cette condition s'établisse. Une fois celle-ci acquise, ouvre les yeux et compare l'image créée par ton mental avec l'objet réel. Corriges en alors mentalement toutes les différences.

Répète cette expérience avec le même objet, répète-le ensuite pendant la journée avec d'autres de ton choix mais n'utilise pas d'objets qui soient trop grands.

B – Exercice de visualisation. En te servant d'un crayon, note les noms de neuf objets qui entrent en ton esprit au hasard. Ferme les yeux et essaye de les visualiser l'un après l'autre aussi clairement que possible. Cet exercice pourra seulement réussir lorsque tu discerneras mentalement chaque objet avec une clarté telle que tu puisses le toucher.

Répète cet exercice pendant la journée avec d'autres objets de ton choix.

4 – Fixation d'un point

Cet exercice doit être pratiqué de la manière suivante. Trace sur une feuille blanche un cercle de 20

millimètres de diamètre environ. Dans le centre de ce cercle, dessine un point de 5 millimètres. Installe-toi calmement devant ta feuille dans une chaise confortable à une distance de un mètre et demi et regarde le point central. Fixes-y les yeux pendant une minute sans cligner des paupières et sans déplacer le moindre petit muscle. Dès qu'une minute s'est écoulée, change de position en pliant lentement le corps en avant, en te rapprochant du point et en te déplaçant ensuite en arrière jusqu'à revenir à ta position initiale. Fais ce mouvement plusieurs fois pendant la deuxième minute.

Augmente la durée de cet exercice d'une minute tous les deux jours, jusqu'à un maximum de 12 minutes.

Si tes yeux pleurent ou brûlent, hausse légèrement tes sourcils et cette perturbation sera éliminée. Tu peux, si nécessaire, les rincer avec de l'eau froide ou une infusion fraîche de camomille.

5 – Méditation quotidienne en alternant les exercices A et B.

A – La mort et les obsèques. Cet exercice doit être effectué dans une tranquillité complète tant intérieure qu'extérieure ; le meilleur moment sera donc le soir.

Aussitôt que tu auras atteint la phase préliminaire passive (voir la partie sur la concentration majeure dans ce chapitre), décris mentalement ce qui suit, du mieux que tu peux, comme si tu étais présent et que tu observais tout ce qui arrive.

Un être humain est mort. Son dernier souffle vient de s'échapper et ses yeux ont perdu leur étincelle. Les membres deviennent rigides, la peau cireuse. Des taches vertes et bleues (*livor mortis*)[72] apparaissent sur le dos et là où le corps touche quelque chose. De la

72. *NdT. – Livor mortis (latin) : couleur bleue de la mort.*

bouche s'écoule un liquide de décomposition brunâtre. Le corps entier commence à dégager une puanteur. Et tu as tant fait pour ce corps !

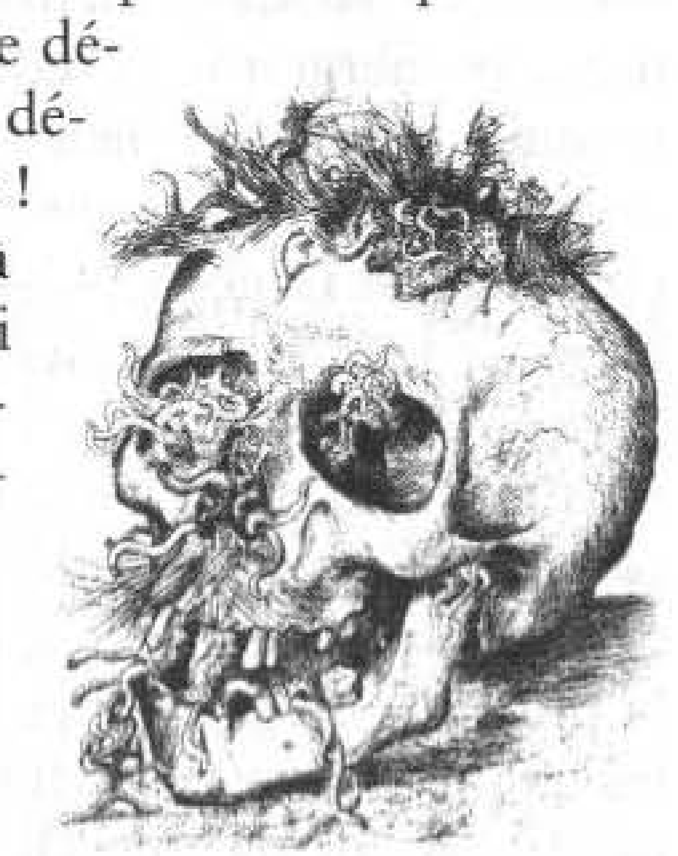
Alors le cadavre est orné. La coquille sans valeur de l'âme est parée de vêtements de fête et cernée de fleurs ; on l'embrasse probablement. Ce cadavre est placé dans un cercueil, le couvercle fermé et clos avec des boulons. Le tout est alors descendu dans la tombe, couvert de terre et laissé à son destin. Les membres du cadavre deviennent doux comme une éponge. Touche cela ! La bouche est ouverte et d'elle s'écoule un liquide pareil à une charogne gluante qui envahit le cercueil de puanteur. Sens cela ! Voilà longtemps que les couronnes dans la tombe se sont putréfiées et qu'elles dégagent une odeur de décrépitude. Bientôt le cadavre entier est essaimé d'asticots et de vers. Observe cette image. Entends comme cette vermine serpente à travers les muscles et les déchire lentement et comme elle rampe dans la cavité des yeux et dans les poumons. Les asticots se tortillent dans les intestins. Des millions et des millions de bactéries consomment les parties molles de l'abdomen comme un butin désirable. Le cadavre s'écroule ; il est plein de déchirures ouvertes. Regarde-le ! Tous les tendons sont étalés partout et même eux seront aussi détruits et rongés. Le corps entier est une image de misère.

Et tu as souvent trahi la meilleure part de toi-même pour cette misérable image ! Et tu étais plus obligeant pour ce corps qu'il ne le méritait : tu l'as choyé comme s'il était ta possession la plus précieuse. Quelle est ta récompense ? Ce que tu vois devant toi !

Regarde-le maintenant dans toute sa magnificence ; tout ce qui reste est le crâne et le squelette nu. Le défunt était probablement vain et fier de sa beauté. Où est-elle maintenant ? Il était probablement fier de sa peau fine et douce, de la force de ses muscles et des

traits harmonieux de son visage. Nu, le crâne te lorgne ; vides sont les orbites des yeux ; les dents sont sans lèvres ; les mâchoires relâchées pendent. En peu de temps le squelette sera cendre et poussière. Tu pourras disperser celle-ci d'un souffle dans toutes les directions.

Et pourtant, il n'y a pas longtemps, c'était un être humain ! Quel fol aveuglement pour ceux qui ont vu le but de leur vie dans cette décrépitude ! Détourne-toi, détourne-toi, de cette chimère ! Ta vie peut se terminer à tout moment. Tout ce qui doit arriver l'est par la rupture d'une petite artère cérébrale, par la déficience d'un centre essentiel dans la moelle épinière, par un arrêt du cœur ; et alors tu franchis d'un pas la passerelle menant au monde de l'Au-Delà. Les secondes passent à toute vitesse et chaque seconde te rapproche plus près de ce terme. Irrévocablement, la main de l'horloge court autour du cadran. Chaque minute va et vient et jamais elle ne revient.



Ta vie entière est une simple chute vers la mort...

Ta vie entière est une simple chute vers la mort. Et tu remplis avec absurdité cette courte période que l'on te donne.

Détourne-toi, détourne-toi de tout ce qui est transitoire et guide ton âme[73] à travers l'empire lumineux des pensées élevées. Détourne-toi, ô détourne-toi de ce qui est mortel et hisse-toi vers l'immortalité ! Dé-

73. *NdT. – « Âme » a ici le sens de personnalité humaine faite du double éthérique, corps astral et corps mental. Autrement dit :* « Guide ton être mortel invisible afin d'alimenter ton Âme véritable et gagner ainsi « la Vie Éternelle ».

tourne-toi, détourne-toi de la forme car celle-ci se brise — elle qui peut être si séduisante — et reconnais l'Esprit qui est au-dessus et derrière toutes les formes et qui survit à celles-ci, les surpassant toutes parce qu'Il les a toutes créées. Détourne-toi et tu seras sauvé de la destruction !

B – L'Arbre de Vie[74]. Pratique la méditation sur l'Arbre de Vie de la même façon que l'exercice précédent. Immerge-toi de la façon décrite dans l'image mentale suivante : un arbre puissant, toujours vert, s'épanouissant dans un éternel printemps. Regarde combien est large et puissante l'étendue de ses branches. Ce vert, frais et plein de vie, t'appelle. Est-ce un chêne ? Est-ce un frêne ? Il apparaît indistinctement plus puissant que l'Univers ; tu ne peux pas voir son sommet. Un courant de force nourrit l'arbre entier des racines au sommet et irrigue jusque la dernière et la plus fine des branches. Viens tout près et inspecte les feuilles : chacune diffère de l'autre, chacune a ses propres particularités. Décris mentalement tout cela.

De temps à autre, une branche se fane. Alors un être humain pourrait dire : une certaine espèce animale s'est éteinte, une nation périt. De temps à autre, germent de nouvelles branches. Alors un être humain dirait : une nouvelle plante, une nouvelle nation vient à l'existence ! Régulièrement, des feuilles fanées tombent à terre ; celles-ci sont des cadavres qui se dissolvent dans les Éléments. Chaque personne morte est représentée par une feuille et une feuille si fanée n'atteint jamais la Vie Éternelle. Cependant, où est le Chemin qui mène la feuille vers l'Immortalité ?...

74. *NdT. – Image « théosophique », pourrait-on dire, attestant la Source de la Philosophie Métaphysique du Dr* LOMER : « Il n'y a pas d'Immortalité pour « l'ego » personnel [...] l'Âme Humaine devient immortelle par le simple fait qu'elle est maintenant fortement greffée sur la Monade, qui est « l'Arbre de la Vie Éternelle ». *– La Doctrine Secrète » d' H.P. Blavatsky – Vol. VI (Miscellanées), p. 228 (Éd. Adyar – 1961).*

Il y a deux Chemins : un mène à l'extérieur et l'autre à l'intérieur.

- ***Chemin externe.*** La sève qui a nourri la feuille doit aboutir à l'éclosion de la fleur, cette impulsion va vers l'extérieur. La fleur est fécondée par le pollen et développe en elle un fruit. Un nouvel arbre se déploie à côté du vieux et dans un temps très court le même cycle se répète de lui-même et ce, à l'infini. Ceci est la voie qui s'éloigne de la Source Fondamentale, le Chemin de la Fécondation Externe, le parcours extérieur.
- ***Chemin interne.*** L'autre chemin est celui où la sève — qui a nourri la feuille — se retire dans la branche, puis dans le tronc et s'unit enfin au courant de sève originelle qui était là au commencement ; cette sève est, pour la feuille, à la fois son père et sa mère. Ceci est le Chemin le plus court qui mène à l'Immortalité, le Chemin qui va au cœur de Dieu, le Chemin de Fécondation Interne, le Chemin le plus Secret.[75]

Il y a donc deux Chemins. Lequel as-tu pris jusqu'ici ? Lequel prendras-tu à l'avenir ? Tu es aussi une feuille sur l'Arbre du Monde et tu as aussi le choix sur la façon dont tu veux voyager. As-tu voyagé sur le Chemin Externe par manque de réflexion ? L'as-tu fait à cause du sens du devoir envers ta nation, envers ta famille ?[76] As-tu un jour senti ce frisson de la mort qui se répand sur celui qui épuise toute sa puissance, toute sa force sur ce Chemin ? Tes oreilles n'entendent-elles jamais l'avertissement : « *Fais demi-tour ou change de direction !* »

75. *NdT. – Chemin qui implique un ascétisme sexuel ou du moins un très bon contrôle de ce type de pulsion.*

76. *NdT. – Devoir envers la nation et la famille : dans le but de procréer ; mais fonder une famille et avoir des enfants n'est pas une déviation ; ce choix légitime et fort utile s'inscrit dans une période donnée de l'existence.*

Le fait que les générations se perpétuent ne t'épargne pas de la mort de ta propre conscience. La race continue à vivre ; la personnalité[77] seule meurt. Cependant, si tu veux toi-même entrer dans la Vie Éternelle, tu dois changer et choisir le Chemin menant vers le plus Grand Secret, la Voie vers l'Ineffable Sanctuaire.

Tu dois préparer maintenant ta conscience pour atteindre l'Unification future[78]. Tu dois retirer ton courant de sève au bon moment, de toute ta volonté. C'est seulement de cette manière que tu deviendras le bon réceptacle. C'est seulement de cette manière que tu obtiendras la possession exquise. C'est seulement de cette manière que la Couronne de Vie deviendra tienne, celle pour laquelle le meilleur de l'humanité a lutté depuis des temps immémoriaux. Adhère à cette pensée avec une dévotion exclusive ; examine ces pensées à tout point de vue. Deviens complètement absorbé par cette Quête. Cherche à éveiller en toi un sentiment de Sainte Langueur. Et pense maintes et maintes fois à l'image de l'Arbre.

Alterne tes méditations ainsi : un soir médite sur ta mort et tes obsèques, le lendemain soir, médite sur l'Arbre de Vie. Fais chacun de ces exercices pendant une demi-heure, ni plus ni moins. Si ta pensée a parcouru trop rapidement l'ensemble d'un processus, recommence encore une fois. Contrôle la durée avec une montre.

---

77. NdT. – C'est-à-dire notre corps physique-éthérique, notre astral et notre corps mental (formé des basses subdivisions de la substance du Plan Mental.

78. NdT. – L'union entre la Conscience mentale (du bas mental, que l'on a lorsque l'on est incarné) et Bouddhi-Haut Manas ; la conscience que nous avons dans la vie ici-bas « s'endort », se dissout, seul en reste le « noyau » porteur de la « possibilité » d'un développement qui devient « conscience », dès que, après la mort, le corps mental se dissout — une fois le corps astral dissous — et que l'essence de la vie (celle qui s'incarne et qui est incluse dans les atomes permanents physiques, astral et mental) est absorbée par Bouddhi. La Vie Éternelle consiste à conquérir la Conscience, à être auto-conscient, lorsque cette absorption a eu lieu.

6 – « L'ATTAQUE LATÉRALE PAR LE MENTAL »

Le meilleur moment pour accomplir cet exercice est celui qui précède le sommeil. Une fois que tu es couché confortablement, pratique l'exercice de relaxation déjà décrit (*1 – Phase passive*). Cet exercice est très facile quand il est fait dans le lit. Au bon moment, fais les autosuggestions que tu as préparées. Il est très important de saisir ici ce moment précis situé entre l'état de veille et l'endormissement. Tu dois emmener l'autosuggestion avec toi dans ton sommeil ; de cette manière, même la nuit doit servir ton ascension spirituelle. Plus tu pratiques cet exercice, meilleure sera ta réussite. Je te conseille de changer chaque semaine la suggestion quant à son contenu et à sa forme.



RÉSUMÉ DES EXERCICES DU NIVEAU N° 3

LE MATIN	PENDANT LA JOURNÉE	EN SOIRÉE
Transcription des rêves avec des mots-clés	Concentration et exercices préliminaires	Méditation alternée (Mort / Arbre de vie)
Exercice de la « Respiration qui donne de la force »	Exercice : fixer un point des yeux	Introspection quotidienne et exercice de « l'attaque latérale par le mental »



QUATRIÈME LETTRE

Lève-toi et deviens Lumière !

Introduction

Tu as maintenant bien avancé : tu as acquis le contrôle de ta propre personnalité qui inclut la maîtrise de ton corps physique. Tu as fait aussi les premiers pas importants sur le Chemin du Royaume Intérieur, le Royaume de Vie et d'Abondance. Avant que tu ne continues plus loin, il est nécessaire de te prémunir contre les surprises qui interrompront désagréablement ton développement. De telles surprises surviennent toujours par l'intermédiaire des sens. Cela nous donne la règle suivante : « *Poste une sentinelle aux portes des sens !* ».

« Poste une sentinelle aux portes de tes sens ! »

Une sentinelle, postée et portant des hallebardes croisées, qui ne permet pas à des impressions indésirables de t'approcher et qui défend leur entrée en toi, ne peut pas t'être nuisible. Tu dois donc faire un choix parmi toutes les choses que tu rencontres et ne dois t'intéresser qu'à celles que tu ne crains pas, celles qui ne peuvent pas perturber ton développement. Le moment viendra où tu n'auras plus besoin de ces précautions parce que, dans l'ensemble, tu verras et percevras ce monde tout à fait différemment de ce que tu le percevais auparavant ; mais pour l'instant, tu dois continuer avec prudence car tu n'es pas encore suffisamment mûr.

Évite, si possible, toutes les rues bruyantes où s'entasse une foule agitée. Ne regarde pas les vitrines des magasins ou les devantures qui pourraient te tenter ainsi que tu en as l'expérience. N'écoute pas ceux qui te flattent ou jouent d'une manière ou d'une autre sur tes faiblesses ; ce sont des menteurs. Tiens plutôt compagnie, si besoin est, à des gens emplis de bonté, qui ont une valeur spirituelle car celle-ci est indépendante de la position sociale qu'ils occupent. Lis de bons livres, des livres sérieux. Écoute ou joue de la bonne musique. Bref, aie un style de vie qui maintienne l'équilibre de ta Paix Intérieure.

Les êtres humains du sexe opposé ne doivent être considérés que comme des sœurs ou des frères. Ne regarde pas un homme ou une femme (selon ton sexe) plus longtemps que cela n'est nécessaire[79]. Le regard est un entremetteur.

La Magie de l'Œil

Il est absolument nécessaire que tu acquières aussi la maîtrise complète sur le pouvoir inhérent à tes yeux.

L'œil est bien plus que « le miroir de l'Âme ». Il est l'entrée et la sortie de courants d'énergie que tu dois tenir sous un contrôle absolu. Son rôle peut être actif ou passif, selon la disposition d'esprit dans laquelle tu te trouves ; si tu es passif, tu es donc réceptif aux influences étrangères ; et si, dans ce cas, tu permets à quelqu'un de fixer tes yeux, il sera facile pour lui

79. *NdT. – Sauf si, bien sûr, le regard maintenu vers l'autre soutient une discussion, une argumentation mentale, tout à fait dénuée de connotation de séduction ; on parle à autrui sans penser qu'il ou elle est de tel sexe ; c'est un être humain, c'est tout.*

d'exercer sur toi une certaine influence. La personne qui parle est toujours plus active que celle qui ne parle pas. Si elle regarde tes yeux en parlant, elle a un avantage ou un ascendant sensible dès le début de la conversation. Par l'intermédiaire de l'œil, elle envoie au plus profond de toi-même, sans trouver d'obstacle, des essaims d'électrons porteurs de ses injonctions et si tu n'es pas sur tes gardes, tu seras pris au dépourvu.

D'une certaine manière, l'œil est un petit télégraphe dont l'alphabet secret est accepté par le subconscient du récepteur et le transforme en actions. Sache que ce télégraphe transmet également des ordres que l'on ne peut exprimer à haute voix. Tu n'es pas certain que ceux-ci ne te nuiront pas. Agis donc avec prudence, en toute conscience, surtout lorsque tu es en présence de gens que tu ne connais pas : ne permets pas à la personne qui te parle de te regarder directement dans les yeux ! Dans ce cas, ne regarde pas la personne qui parle ; regarde discrètement dans une autre direction. Plus une telle conversation est importante, plus cette règle doit être strictement suivie.

Si cette personne te force d'une manière ou d'une autre à la regarder, fais-le en ajustant ta vue sur une distance lointaine ; autrement dit, ne regarde pas directement cette personne, mais le contexte, l'espace se trouvant derrière elle et seulement pour un instant. Ne lui permets pas, quelles que soient les circonstances, d'attraper ton regard et de le retenir sinon elle lancera dans ton cerveau l'étincelle électrique — sans fil — de sa volonté. Rappelle-toi toujours que, en tant qu'accumulateur d'électricité, tu dois vivre dans un certain isolement si tu veux parcourir ton propre Chemin et rester libre d'influences étrangères incontrôlables. Toute percée de cette solitude ne causera pas seulement la perte d'une énergie précieuse mais, dans certaines circonstances, elle te livrera à un pouvoir hostile qui essayera de perturber n'importe quelle ascension spirituelle, n'importe quelle harmonie, n'importe quelle formation cristalline prenant place dans l'être intérieur de l'élève sérieux. L'œil humain est le séducteur le plus puissant du Mal comme du Bien. C'est seulement quand tu es sûr de ton interlocuteur comme de toi-même que tu peux avoir un contact, les yeux dans les yeux.

Ce conseil s'applique aux relations amoureuses, amicales et à celles que tu entretiens avec des gens que tu surpasses moralement et spirituellement. Il est, bien sûr, avantageux d'observer, afin de te faire une opinion, les personnes que tu ne connais pas et avec lesquelles tu entres en contact. Choisis un moment où celles-ci ne te regardent pas, quand elles sont occupées ailleurs. Lance alors ton regard, tel un éclair, sur leur visage avec l'intention consciente de les observer d'une manière particulièrement nette et précise. Étudie leurs particularités, les expressions de leur visage, leurs petits gestes inconscients. Après une certaine pratique, tu pourras apprendre encore beaucoup de choses. Cependant, la méthode la plus puissante est « le regard magistral » qui, d'une part, te protégera des influences étrangères et, d'autre part, te donnera une supériorité en te permettant d'accroître ton pouvoir d'action sur les autres. Ce « regard magistral » est aussi appelé « le regard actif » ou « le regard central ».

Le développement du « regard magistral »

Cet exercice sera parfaitement réussi s'il va de pair avec le succès obtenu à tous les exercices donnés jusqu'ici. Tu ne peux pas, en effet, extraire une brique d'une construction et l'employer isolément ; tu dois laisser chaque brique à sa place car tu as ainsi un bâti-

ment complet. Le « regard magistral » est la stabilité même ; il est fermement dirigé sur un point. Ce point se trouve entre les sourcils de ton interlocuteur, juste au-dessus de la racine du nez. C'est le point sur lequel tu dois apprendre à te concentrer. Ne crois pas que tu acquerras cette stabilité supérieure et la fermeté du regard sans faire cet exercice ; les explications concernant celui-ci suivent dans la deuxième partie de cette Lettre.

L'effet de ce « regard central » sur ton interlocuteur est le suivant : ce dernier aura l'impression que tu fixes ses yeux avec un regard pénétrant et que tu es, pour ainsi dire, en train de regarder à travers lui. Ce regard a la particularité d'être quelque chose de spécial, ainsi que tu le remarqueras bientôt dans le comportement des autres. Une personne que tu auras regardée ainsi, te traitera respectueusement, avec plus de considération, et sera plus obligeante envers toi ; si tu veux l'influencer, tu réussiras facilement, peu importe dans quelle direction s'exerce cette influence[80].

Application du « regard magistral »

« Le regard magistral » doit donc être exercé comme un excellent remède contre l'influence d'autrui ; il est un très bon moyen de défense contre les tentatives d'influences étrangères. Tu ne dois pas, toutefois, l'utiliser fréquemment et au hasard mais seulement lorsque cela est important pour toi et que tu veuilles que l'effet agisse avec une profondeur particulière. Quand tu adopteras ce regard, fais-le de manière aussi discrète que possible et toujours pour un court moment. Le sujet ne doit pas être conscient

80. *NdT. – Influence bonne ou mauvaise. Cette phrase n'implique pas que le Dr Lomer conseille l'une ou l'autre voie ! Il dit seulement comment fonctionne ce type de regard ; à chacun de se conduire selon ses convictions en sachant quelles seront pour lui les conséquences de son choix.*

que tu te sers d'une technique de pouvoir. Aie ce regard de temps en temps, pendant une conversation, surtout lorsque tu veux que tes mots soient pénétrants et efficaces. En règle générale, ce type de regard ne doit être adopté qu'avec une expression particulière, pour accentuer certains de tes mots. La mise en pratique appropriée exige une disposition active de l'âme. Sers-toi du « regard magistral » en fondant ce dernier sur la signification et la conscience que tu auras des phrases suivantes : « *Je m'appuie sur moi-même ! Je suis l'énergie accumulée ! Je conserve mon énergie ! Je me sers de mon énergie selon ma volonté !* »

Quand cela est nécessaire, rappelle-toi que les pensées que l'on n'exprime pas par des mots, peuvent aussi être transmises par « le regard magistral ». Celui-ci est immédiatement capté par le siège central physique du Génie Divin[81] de l'interlocuteur. Le Génie le reçoit et lit aussi ces pensées que l'on ne formule pas à haute voix ; il les lit avant qu'elles n'atteignent la conscience de la personne observée.

Si ces pensées sont mauvaises, le Génie de cette personne s'assurera qu'elles lui parviennent à la conscience sous la forme d'un avertissement, d'un pressentiment ou de quelque chose de similaire ; cette personne deviendra alors soupçonneuse, prudente et craintive quand elle pensera à ses relations avec toi ; elle sera réservée, elle t'évitera et tu ne recevras pas les avantages que tu avais espérés.

Sois toujours conscient de la responsabilité énorme que recèle la nature–même du « regard magistral ». Tu peux, en effet, porter tôt ou tard préjudice à toi-même parce que les pensées que tu n'avais pas formulées à haute voix ont pénétré autrui sans ta volonté. Donne-toi pour règle stricte de te servir de ce

81. *NdT. – L'Âme Véritable : Haut-Manas – Bouddhi lié à Atmâ.*

regard seulement en ayant des sentiments de bonté ou de bienveillance envers l'autre personne ; autrement dit, avec des sentiments honnêtes.

Le Génie Divin vivant dans les êtres humains est omniscient et ne peut pas être trompé par un masque.

La discipline d'un désir

Sois toujours conscient que tu formes avec l'ensemble de toutes les autres créatures un grand Corps, le Macrocosme, et que toi, aussi bien qu'elles, êtes considérés comme un organe de ce Corps glorifié. Si, cependant, un organe se place lui-même au-dessus des autres, il ne fait pas ainsi sa tâche correctement et convenablement ; il exige plus d'alimentation que celle qui lui est permise et il retire des énergies et des fluides du Tout au-delà des proportions autorisées ; à cause lui, le Corps entier souffre et, finalement, cet organe même qui a eu ce mauvais comportement.

Tôt ou tard, la conséquence est une réaction défensive du Corps Central (le Macrocosme) contre cet organe particulier.

Le Corps essaye d'abord de guérir l'organe mais, quand la guérison est, pour une raison ou une autre, impossible, il le supprime sans pitié. La maladie, le chagrin, la douleur et les catastrophes sont alors les processus curatifs nécessaires à la situation perturbée.

Ne résiste pas à ce qui fait mal ! Dis « oui ! » à la souffrance ! Endure avec patience tout ce qui t'arrive dès lors que des catastrophes s'abattent sur toi. Celles-ci sont les tempêtes régénératrices que le Corps Central envoie sur ta vie ; elles sont les moyens de l'Esprit pour obtenir la reconnaissance de Sa Volonté[82].

82. *NdT. – C'est-à-dire de Ses Lois.*

Ta tâche la plus importante dans la vie pratique est ton intégration consciente dans cette Volonté plus Haute. Cette intégration doit être complète ; elle doit englober toute ta pensée et toutes tes aspirations ; elle commence par le souhait. Tu sais que la pensée liée au souhait est l'acte principal, l'action déterminante, de tout ce que tu entreprends.

Tire les conclusions de ce qui suit : ne souhaite rien qui puisse nuire à tes semblables ou être un problème pour eux. Prends toujours conscience du fait que ceux-ci sont une partie du Corps Central auquel tu appartiens aussi. Ils sont l'eau de l'océan comme tu l'es toi-même et, quoique versée dans des bols différents, ils sont, du point de vue de l'océan, toi-même ! Devenant ainsi plus conscient de la Grande Unité, grandis en elle comme dans une nouvelle condition de l'Âme. Et par-dessus tout : ne hais personne !

Ne haïr personne

Toutes les choses et tous les êtres naissent de l'Esprit Universel et Divin. Si tu détestes ou méprises, tu détestes et méprises Dieu et, puisque tu appartiens aussi à la Grande Unité, tu te détestes donc également.

Tu ne dois pas détester même le soi-disant « mal »[83] car il est issu de l'Esprit, comme tu l'es toi-même, et il est envoyé dans le monde avec une tâche particulière. Cette mission est souvent celle de la destruction, de l'annihilation et de la transformation. Oui, le mal incarne l'annihilation elle-même. C'est le domestique le plus cruel, le plus radical, le plus dur, l'outil le plus impitoyable de l'Esprit. Désormais, tu ne devras pas le détester plus que tu ne détesterais le bacille de la peste. Bien sûr, être sans haine ne signifie pas que tu

83. *NdT. – « Le mal » dont parle ici G. LOMER est la manifestation de la rétribution karmique négative.*

doives te soumettre au mal sans te défendre. Tu as été mis là où tu es dans la vie pour te battre et c'est seulement en combattant que tu atteindras la Perfection. Sache que « le mal » qui est mis sur ton Chemin doit être ton meilleur professeur, celui qui te guide vers cette Perfection.

Utilise l'expression suivante comme une directive : « *Ne rien craindre !* ».

Ne rien craindre

La Force qui t'a créé sait pour quelle raison elle t'a mis au monde. Elle connaît aussi le meilleur chemin que tu dois prendre. Tout ce que tu rencontres sort de Ses mains. L'Univers entier est la Maison de ton Père. Pourquoi devrais-tu craindre quelque chose qui, comme toi, vit dans cette Maison ? La Haute Force Primordiale Qui t'a engendré a créé les autres êtres et si Elle les met sur ton chemin, Elle le fait avec une certaine intention.

Cela signifie que tu dois reconnaître cette Intention Divine. Neuf dixièmes de toutes les craintes des êtres humains sont purement basés sur l'illusion et ne se réaliseront jamais ; ce n'est qu'un fardeau totalement inutile pour l'âme[84]. Ne permets donc jamais à ces pensées ombrageuses d'être la cause de tes craintes.

Ne pas craindre quelque chose ne signifie pas se précipiter vers le danger. Plus tu te développeras spirituellement, plus tu seras instruit par des avertissements concernant les dangers réels qui te guettent.

Écoute de tels avertissements sans les craindre. Plus tu vivras dans le sentiment de l'Unité, plus tu seras proche de Son Omniscience.

---

84. *NdT. – Le corps astral ou émotif.*

La grande fraternité

Tout ce qui vit forme une grande fraternité. Tiens compte du fait que tout ce qui existe dans le monde est nécessaire sinon cela n'aurait pas été créé. Tous les êtres, de la créature unicellulaire aux étoiles, sont les compagnons de ta vie et tes proches parents. Tu es étroitement uni à eux dans l'Esprit. La bienveillance absolue envers tous les êtres de ce monde doit être un haut commandement pour toi et devenir une chère habitude. Modère ton point de vue sur le « moi ». Observe ce que tu rencontres et qui tu rencontres d'un autre point de vue et aussi avec un autre sens, celui de la compréhension. Inclus aussi les animaux dans cette sorte d'observation, surtout quand ils sont près de toi et dans ta maison.

Aucun être humain et aucun animal n'est « méprisable » ; tous portent la marque royale, la marque artistique de l'Esprit Créateur, sur leur front. Apprends à la discerner ! La différence qui existe entre vous est seulement le rôle que chacun joue dans la Nature et donc la forme appropriée qui est prise.

Tous les êtres sont de simples sons dans l'immense symphonie de l'Univers. Si tu veux les comprendre correctement ainsi que toi-même, tu dois connaître les Lois du Rythme qui gouvernent le monde.

Les enseignements du Rythme

Toute la vie est mouvement et tout mouvement a un rythme. Les taches solaires — maxima et minima — auxquelles les périodes terrestres de guerre et de paix correspondent respectivement, apparaissent à intervalles réguliers. Les planètes tournent autour du Soleil dans des périodes de temps réglées. Sur

Terre, jour et nuit alternent avec l'exactitude d'un mouvement d'horloge.

« Et avec une inconcevable vitesse
Circule la Terre magnifique ;
Et la clarté du Paradis alterne
Avec la nuit ténébreuse, l'horrible nuit ; »[85]

Les êtres humains, avec toute leur « êtreté »[86], sont aussi intégrés dans cet immense rythme du monde. Ils sont en même temps trame et tisserand dans ce tissu merveilleux ; en eux sont actives les énergies cosmiques qui, comme les Anges du Très Haut, tiennent entre leurs mains le destin et la vie de tout ce qui a reçu l'existence.

La pensée fondamentale de l'Astrologie

Tu es conscient de l'effet de l'énergie solaire sur tout ce qui vit sur Terre. Envisage maintenant l'action de toutes les autres constellations. Tu connais, par exemple, le rapport entre la Lune et la Terre qui crée le flux et le reflux de la mer. As-tu jamais pensé au fait qu'une femme porte en elle le rythme lunaire sous la forme de son cycle menstruel ? Elle est elle-même, selon une façon de parler, une partie de l'océan. Il est, cependant, important de noter que le cycle de l'organisme féminin ne coïncide pas avec le moment où les mouvements de l'océan sont les plus hauts (la marée de printemps). Une femme porte plutôt en elle le rythme, le mouvement et l'énergie lunaires ; elle est, pour ainsi dire, une petite portion de Lune. La fertilité, la maladie, la mort et tout changement organique sont, comme le Docteur Fliess[87] l'a prouvé, étroitement liés au nombre féminin 28[88] et le nombre masculin 23[89] ; on a effectué une multitude de combinaisons de ces nombres.

Les planètes sont, en règle générale, plus éloignées et retirées de nous que le Soleil et la Lune, « les luminaires » de l'Astrologie ; malgré cela, elles sont toujours reliées intimement à nous. Le Soleil n'est pas plus fort en hiver parce qu'il est plus proche de la Terre mais en été lorsqu'il en est le plus éloigné[90] ; le degré d'efficacité de son activité dépend de l'angle selon lequel il brille sur la Terre ou sur une partie de celle-ci. La signification astrologique d'une planète dépend donc fondamentalement de sa position angu-

85. *NdT. – „Und schnell und unbegreiflich schnelle / Dreht sich umher der Erde Pracht./ Es wechselt Paradieseshelle / Mit tiefer, schauervoller Nacht !" – Extrait du Faust de GOETHE (Prologue ; Dans le Ciel – l'Archange Gabriel) – Traduction Jacques PORCHAT (Hachette1900).*

86. *NdT. – Avec leur être visible (corps physique) mais aussi avec toute leur structure subtile (corps astral, corps mental, et Boudhi-Manas..*

87. *NdT. – Le docteur Wilhelm FLIESS était spécialiste en oto-rhino-laryngologie à Berlin. Toutefois, il s'est illustré par des travaux et des publications d'une plus grande envergure. D'une part, il a cru, bien avant FREUD dont il était l'ami intime, à l'importance de la sexualité infantile dans le développement humain (il est aussi connu pour avoir énormément aidé FREUD dans le développement de ses conceptions sur la Psychanalyse) ; d'autre part, il a découvert vers 1900, en même temps que le Dr Hermann SWOBODA, la Théorie des Biorythmes (science comportementale des rythmes d'énergie de vie) en identifiant trois nouveaux rythmes cycliques. Comme tant de découvertes scientifiques importantes, FLIESS et SWOBODA travaillaient dans des directions semblables sans avoir connaissance du travail de l'autre. Il est tout à fait extraordinaire que ces deux savants, malgré leurs recherches indépendantes, aient eu des conclusions pratiquement identiques. SWOBODA consignait les mouvement sur le gonflement des tissus chez ses patients et les débuts de maladie ou de fièvre. Lentement, un rythme a commencé à apparaître. Ces phénomènes physiques se produisaient dans un cycle de 23 jours, ceci lui donnant la capacité de prévoir leur répétition. En outre, la sensibilité émotionnelle répondait à un cycle de 28 jours et l'énergie de vie intellectuelle un cycle de 33 jours.*

88. *NdT. – Cycle émotionnel de 28 jours et aussi cycle des menstrues.*

89. *NdT. – Cycle physique de 23 jours.*

90. *NdT. – La distance de la Terre au Soleil est maximale au début de juillet (aphélie : 152 millions de kilomètres environ) et minimale au début de janvier (périhélie : 147 millions de kilomètres environ). L'idée communément admise qu'il fait plus chaud l'été parce que le Soleil est plus près de la Terre est donc fausse. L'origine des saisons ne réside pas dans la distance Terre-Soleil qui reste la même tout au long de l'année (à 5 millions de km près, soit 3%) mais dans les diverses positions qu'occupe la Terre au cours de sa révolution annuelle autour du Soleil. C'est l'orientation de l'axe des pôles (position oblique de l'axe terrestre) qui permet d'expliquer qu'en été les jours sont plus longs que les nuits, qu'en été il fait plus chaud qu'en hiver et que les saisons sont inversées dans l'hémisphère Sud.*

laire. Quand une position angulaire de 90° est considérée comme très drastique et une position angulaire de 120° comme très bénéfique, cela n'est pas une simple supposition mais une observation basée sur l'expérience de milliers de cas plutôt que sur une spéculation intellectuelle quelconque.

Tu dois donc imaginer combien sont justes les influences internes de la Lune. Une partie de l'énergie des planètes est véhiculée par les organismes terrestres ; la nature et l'orientation de ce rythme intérieur pulsant en l'être humain — rythme qui ne cesse sa vie durant — dépendent des positions respectives des planètes et des constellations à l'heure de la naissance. Le plus Haut Moi, le Génie Divin, Qui guide et règle chaque nouvelle incarnation d'un être humain, non seulement détermine la date de la procréation et de la conception par les parents choisis mais il donne aussi à l'enfant à naître, par le choix du moment astrologiquement approprié, les capacités nécessaires et le rythme intérieur qui lui permettront d'accomplir ses buts particuliers dans la vie. Ce moment coïncide avec celui du premier souffle.

En effet, le grand travail de tout le firmament pour réaliser le vêtement terrestre de chaque individu nouvellement incarné prouve que l'apparence physique et le caractère personnel dépendent fondamentalement du Signe du Zodiaque qui, au moment de la naissance, montait sur l'horizon oriental[91]. Ceci est aussi un fait établi qui a été vérifié par l'observation et a été prouvé dans d'innombrables cas.

Tu peux imaginer l'action de toutes ces étoiles comme d'immenses dynamos qui tournent dans les cieux et qui, selon leurs positions, leurs rapports réciproques et ceux qu'ils entretiennent avec la Terre, se

91. *NdT. – L'Ascendant.*

renforcent mutuellement, s'affaiblissent ou se combinent l'une avec l'autre dans leur effet inductif. Sur la base de diagrammes astronomiques précis qui sont interprétés conformément à des milliers d'années d'expérience, ces interdépendances peuvent être calculées et composées, pour ainsi dire, comme une carte météorologique pour chaque individu ; la considération de celle-ci peut n'être qu'un avantage. Une grande Science basée sur l'observation la plus précise a nouvellement surgi, qui mérite, en vérité, d'être appelée « la Reine des Sciences. » C'est cette science qui nous donne l'ultime achèvement de notre image du monde, de notre vision de la vie. Les Signes du Zodiaque, en tant que symboles de notre vie intérieure et de nos vœux, de nos possibilités et de nos limites, sont des guides de reconnaissance pour l'Astrologie. Le rythme humain coïncide avec le Rythme glorifié des Sphères Célestes et sur cette relation est basée la dernière et la plus profonde connaissance ; la maîtrise de soi-même qu'a un être humain fait de ce dernier un maître, même sur des constellations à position catastrophique. *« Les étoiles de ta Destinée sont en toi ! »*.

Le secret de la respiration

L'intégration des êtres humains dans ce mouvement d'horlogerie cosmique — qui se déroule périodiquement — s'accomplit au moyen de la respiration et commence par le premier souffle. Cette respiration, qui est elle-même un procédé rythmique, met en mouvement toute la mécanique intérieure de l'organisme. C'est le grand volant par lequel la périodicité céleste, la volonté des étoiles, se transfère elle-même automatiquement à l'individu. Les battements du cœur, le système sanguin, la circulation des liquides, les mouvements de l'intestin, tous dépendent de la respiration. Si tu es le « Maître de la Respiration », tu

es alors le « Maître de toute la rythmique intérieure ». La signification de cela deviendra claire dans l'analyse finale grâce aux considérations suivantes.

Les cycles du destin

Même ce qui est appelé ta « Destinée » suit des lois rythmiques strictes qui ont leur analogie, leur justification, dans tout le mécanisme céleste. Ici, des nombres particuliers jouent un rôle primordial, à savoir le 7, le 9 et le 12, mais il y a aussi des cycles plus longs. Il est absolument nécessaire de diviser et d'observer ta vie de ce point de vue.

Fais cela de la façon suivante.

Dans un moment de calme, réfléchis sur ta vie entière. Sois aussi précis que possible sur ces points dans le temps qui ont constitué les changements intérieurs et extérieurs à toi-même, tout particulièrement les principaux événements de ta vie. Établis alors des séquences périodiques continues dans lesquelles tu places sept ans de ta vie sur la première ligne. Autrement dit, si tu es né en 1870, tu auras les années allant de 1870 (inclus) à 1876 (inclus) sur la première ligne de ton diagramme ; la deuxième ligne aura les années 1877 à 1883 ; la troisième ligne aura de 1884 à 1890 et ainsi de suite. Tu dois avoir sept colonnes et sous l'année 1870 tu auras les années 1877 à la deuxième ligne, 1884 à la troisième ligne. Sous l'année 1871 tu auras 1878, 1885, etc. ; sous l'année 1872, tu auras 1879, 1886, etc.

	Col. 1	Col. 2	Col. 3	Col. 4	Col. 5	Col. 6	Col. 7
Ligne 1	1870	1871	1872	1873	1874	1875	1876
Ligne 2	1877	1878	1879	1880	1881	1882	1883
Ligne 3	1884	1885	1886	1887	1888	1889	1890

etc.

La tâche suivante consistera à faire des recherches sur ces colonnes verticales et à détecter les rapports existant entre elles. Aussitôt que tu auras trouvé le fil commun, il te deviendra clair que dans ta vie — toujours à des intervalles de sept ans — certaines tendances se reproduisent, que se soient des influences familiales, des changements professionnels, des directions de ta vie intérieure, etc. ; tu reconnaîtras ainsi à quel âge les choses réapparaissent dans une nouvelle forme ; comment ta vie entière, pour ainsi dire, se développe en une spirale ascendante. La spirale a toujours le même son fondamental ; cependant, elle produit des octaves toujours plus hautes et de nouvelles variations.

Procède de la même manière avec le nombre 9 et avec d'autres nombres. Un nombre peut avoir une importance particulière dans la vie d'un certain individu, alors que dans la vie d'un autre c'est un nombre différent.

Nous commençons maintenant avec la partie pratique des exercices de la quatrième étape.



NIVEAU N° 4

« Perdre tout signifie trouver tout »

Cette devise est valable non seulement pour cette étape mais aussi, et à un degré très important, pour tous les autres Niveaux de ton développement graduel. Dès maintenant, elle te dévoile un résultat essentiel de tes exercices sous une forme très courte parce qu'elle ne devra pas être oubliée à certains moments cruciaux de ton Chemin.

1 – Commence la journée par une série d'exercices de respiration (« la respiration du destin »).

2 – Pratique quotidiennement un des exercices notés ci-dessous, et dans cet ordre, afin de faire l'exercice du « regard magistral » :

A – *Exercice de base du miroir.*
B – *Exercice du mouvement de la tête.*
C – *Exercice de l'image.*

3 – Pratique l'exercice de l'œil cosmique plusieurs fois par jour.

4 – Pratique l'exercice d'alimentation cosmique une ou plusieurs fois par jour.

5 – Pratique l'autosuggestion pendant la mastication et l'ingestion des aliments.

6 – Pratique un des trois exercices suivants par jour et dans cet ordre :

A – *Méditation sur « le Père du Monde. »*
B – *Méditation sur « la Mère du Monde. »*
C – *Exerce l'empathie sur « mon semblable. »*

Explications

En plus des instructions citées plus haut, les directives suivantes sont données pour leur exécution :

I – « La respiration du Destin »

- Prends une position de repos complet sur un lit, une chaise confortable ou un fauteuil. Ferme les yeux, détends-toi et dirige entièrement ton attention sur ta respiration. Efface toute autre pensée ; ne pense à rien d'autre.
- La respiration complète peut être comparée à une vague qui enfle du fond vers le sommet. Quand tu commences à respirer, gonfle d'abord

l'abdomen, puis la région inférieure des poumons, enfin la partie supérieure de ceux-ci.
- Accomplis cela en comptant mentalement et lentement de 1 à 3. Lorsque tu atteindras le nombre 4, retiens ton souffle.
- À 5, 6 et 7, rentre puis pousse ton abdomen avec chaque décompte.
- Au numéro 8, commence à exhaler lentement avant que tu n'aies atteint le nombre 12. Rappelle-toi que tu comptes mentalement et non à haute voix. Après chacun de ces exercices de respiration, adopte un souffle régulier pour éviter tout surmenage.
- Afin d'effectuer correctement la respiration, dirige toute ton attention vers l'exercice. Une fois ceci acquis — ce qui doit être le cas après 4 à 5 souffles environ — laisse la pensée suivante éclairer ton esprit tout en respirant : « *De la façon dont je respire maintenant, je formerai mon destin !* »

Douze répétitions forment une série. Chaque matin tu dois effectuer au moins une série, mais ne va pas au-delà de vingt.

Le but de cette respiration est double. Tout d'abord, un massage interne et approfondi de certaines parties de l'organisme, y compris le système nerveux sympathique[92], est effectué, particulièrement sur les organes abdominaux. Tu construis ensuite un pont mental vers les énergies qui forment ton Destin ; ces énergies correspondent à des images sensibles et tactiles inhé-

92. *NdT. – De « nervus sympathicus » : système nerveux* ***sympathique****. Avec le système nerveux* ***parasympathique****, le système nerveux sympathique constitue le système nerveux* ***végétatif****. Le système nerveux sympathique est appelé également «* ***système nerveux autonome*** *» et permet de réguler différentes fonctions automatiques de l'organisme (digestion, respiration, circulation artérielle et veineuse, pression artérielle, sécrétion et excrétion).*

rentes au rythme de ton organisme. Pour agir efficacement sur l'invisible, il est donc préférable d'employer ce genre d'images.

2 – La Formation du regard magistral

A – L'exercice de base du miroir.

- Dessine un point de 5 millimètres environ ou d'un peu plus, juste au-dessus de la racine du nez[93].
- Assieds-toi confortablement, bien droit, devant un miroir à une distance de 50 centimètres et fixe tes yeux sur ce point sans cligner des paupières. Ton visage doit être amical et il vaut mieux que tu sois d'humeur amène pour que l'expression soit spontanément douce.
- Commence cet exercice par une durée de 2 minutes et augmente d'une minute chaque jour jusqu'à un maximum de 10 minutes. Augmente aussi petit à petit la distance qui te sépare du miroir jusqu'à atteindre 2 mètres environ.

B – L'exercice du mouvement de la tête.

Cet exercice exige la même préparation et la même position assise que dans l'exercice précédent.

- Tourne ta tête à gauche autant que tu le peux, sans perdre de vue le point situé entre les deux sourcils.
- Ceci fait, reste dans cette position pendant un moment puis reviens lentement à ta position de départ.
- Refais la même chose mais en tournant ta tête à droite.

93. *NdT. – C'est-à-dire entre les deux sourcils. Une pastille ronde de papier autocollant peut aussi être employé avec succès.*

- Cet exercice doit également être exécuté sans cligner des yeux et sans détourner du miroir la fixité de ton regard ; il ne doit pas durer plus de 30 secondes.
- Refais cet exercice une deuxième fois puis une troisième fois. Au commencement, ne le fais pas plus de trois fois parce qu'il est assez fatigant. Afin d'éviter toute erreur, je l'explique de manière plus détaillée. Puisqu'il doit être fait tous les trois jours, il est recommandé de faire lune pause le premier jour entre les trois rotations de la tête. Chaque exercice suivant — chaque troisième jour — on doit ajouter une rotation, sans pause entre elles.

C – L'exercice de l'image.

- Installe trois images ou trois photographies de personnes différentes autour de toi de telle sorte qu'une photographie soit devant toi, une deuxième sur le côté et une troisième derrière toi. Ta position doit être la même que dans les exercices A et B.
- Commence cet exercice par l'image érigée devant toi en te concentrant pendant quelques temps, de façon détendue et sans contrainte, sur le point situé entre les sourcils.
- Tourne-toi alors rapidement sur ta chaise et cherche avec la vitesse de la foudre à te concentrer sur le même point sur la deuxième photographie.
- Fais finalement de même avec l'image derrière toi. Change souvent la position des photographies.
- Il convient de parler aux personnes photographiées comme si elles étaient présentes, devant toi. Maintiens toujours une attitude et un visage emplis de bonté ou d'amitié. De plus, tes yeux

doivent rester immobiles, ce qui signifie que tu ne dois pas cligner des paupières. Si tu as tendance à le faire ou à fermer les yeux, réfère-toi à ce qui a été dit plus haut à ce sujet (hausse tes sourcils et, si nécessaire, lave-toi les yeux avec de l'eau tiède ou une infusion de camomille).

3– Exercice de l'Œil Cosmique

Cet exercice peut être pratiqué à n'importe quel moment de la journée ; c'est un exercice d'ordre général.

- Unis-toi au concept suivant : tout ce qui t'entoure est un Œil immense qui te regarde constamment et t'observe ; il te regarde à travers toutes les autres personnes, les animaux, le monde entier qui t'environne et avec lequel tu es en contact.
- Pendant la journée, réalise cela clairement, en toi-même, en réitérant ce type de pensée à chaque occasion. Imagine comment l'Œil du Monde te regarde et t'examine à travers les yeux des gens et des animaux. Que voient-ils en toi ? Qu'est-ce qu'ils aiment voir en toi ? Pose-toi ces questions à maintes reprises.
- D'une certaine manière, tous les êtres sont, pour ainsi dire, les cristallins vivants de cet Œil Cosmique. Les amis et les ennemis, les connaissances et les parents, les chiens, les chevaux, les chats, etc., ne sont pas comme ils t'apparaissent. Sans être conscients de cela eux-mêmes, ils ont un autre but qu'ils accomplissent en tant qu'instruments de l'Esprit ; ils sortent de l'inconnu, t'examinent et retournent à l'inconnu. Par leur regard, l'Esprit Cosmique lui-même te regarde.

- Non seulement l'Esprit Cosmique te regarde par les êtres humains et les animaux mais également par tout ton environnement. L'Énergie Universelle qui a créé les yeux des êtres est elle-même un œil. C'est un Œil immense qui t'enveloppe sous la forme du soleil et de la pluie, du vent et de l'orage, de la forêt et de lande. Dans toutes les choses qui t'entourent, il te regarde et accepte et enregistre les expressions et les manifestations de toute ta vie. Même tes pensées ne restent pas cachées à cet Œil Cosmique qui pénètre tout. Sois toujours conscient de cette exacte réalité jusqu'au plus profond de toi-même.

La lumière du soleil n'est qu'un symbole pour cet Œil immense car sa lumière est au-dessus de la lumière de tous les soleils. La nuit elle-même n'est pas sombre pour lui.

« Même les Ténèbres ne sont obscures pour Toi,
La nuit brille comme le jour,
Et les Ténèbres comme la Lumière. »[94]

Par conséquent, sois respectueux en présence de cette vision, de cette Énergie englobant tout. Ce qu'il y a de meilleur et de plus élevé en toi est une partie de cela. Le plus profond et l'ultime seuil en toi te donne la réponse à la question posée au sujet de milliers « d'autres ».

4 – Exercice d'alimentation cosmique

Cet exercice doit être fait pendant tes repas ; il se divise en deux parties qui sont jointes sans effort : les remerciements ; la rupture du Pain ou la Communion.

94. *NdT. – Ancien Testament – Les Livres Poétiques et Sapientiaux – Psaume 139,12 – Trad. Louis Segond.*

A – Les remerciements. Ceux-ci se déroulent ainsi : tu prends clairement conscience, en présence de ton alimentation et de ta boisson, d'où celles-ci proviennent et quelle distance elles ont parcourue avant d'atteindre ta table. Tu ne dois pas manger comme un animal dans la grange qui dévore sa nourriture, avec avidité et sans réfléchir, mais ***comme une personne tout à fait consciente*** qui sait quelle est sa position dans la Maison de son Père.

Considère, par exemple, comment le grain a mûri dans les champs grâce à son mariage avec l'énergie solaire pour te donner la farine et le pain car si cette maturation n'avait pas été pensée pour toi, personnellement, tu n'aurais pas eu de pain aujourd'hui et tu n'en aurais pas demain non plus. Considère comment on te donne en abondance le lait des vaches, comment les vaches mangent l'herbe des prés que la pluie et le soleil laissent grandir. Qui a envoyé la pluie et le soleil pour que l'on te donne le lait ? Ne doute pas que le lait soit un message, un cadeau, des plus Hautes Autorités. S'il devait y avoir un revers de récolte, une faillite dans la croissance du pays, tu n'aurais rien pour manger et boire. Quoi que tu manges et boives, cela t'est donné. Tu dois offrir des remerciements.

Ceux qui t'apportent toutes ces choses sont seulement les organes du Fournisseur réel qui les matérialisent et qui permet à tous les éléments de travailler ensemble, que ces derniers soient dans ton pays ou à l'étranger ; il rend ces contrées fructueuses pour que l'on t'aide, parce qu'Il veut que tu vives !

Il est juste, certes, de payer pour acquérir ta nourriture mais l'argent nécessaire à cet achat t'est donné par d'autres personnes et il est certain que pour obtenir cet argent tu as fait ton travail habituel. De plus, tes membres et tes organes qui sont en bonne santé, cet esprit pensant avec lequel tu fais ce travail, te sont

encore donnés. C'est là, la raison de l'offrande des remerciements.

B – La communion. Celle-ci permet de provoquer consciemment un sentiment profond d'action de grâces. Considère toute ton alimentation avec un sentiment particulier de respect. Ne crois jamais qu'une bouchée de nourriture soit insignifiante. Vois en tout l'Esprit nourricier qui t'est donné avec chaque bouchée et qui te fait connaître Son Amour par ce geste. Pense souvent, tout en dînant, à ce que tu manges et bois. En cela gît un secret que tu dois découvrir par ta propre réflexion.

Tu dois donc entretenir ces pensées pendant que tu mâches et avales tes aliments. Accompagne chaque bouchée de l'idée suivante : « *Avec la nourriture j'absorbe l'Énergie Cosmique Omniprésente et Organisée* »[95].

5 – Autosuggestion durant la mastication et l'ingestion des aliments

Il serait bon de pratiquer l'exercice de l'autosuggestion pendant que tu manges. En effet, quand tu charges ces rythmes corporels de l'énergie de la pensée, celle-ci pénètre en toi très rapidement. De cette manière, le système d'énergie le plus fin s'intègre au système le plus brut et a, comme tu le verras avec l'expérience, un effet plus durable.

Je recommande cet exercice mais ne le fais pas à chaque fois que tu es à table ; tu peux le faire de temps en temps.

Si, par exemple, tu n'es pas ponctuel ou si tu ne dors pas bien, charge ta mastication des mots : « *Je suis ponctuel !* ». Répète cette phrase à maintes repri-

95. *NdT. – Organisée : régie par des Lois, donc « tout est en ordre ».*

ses avant que tu n'aies fini de mâcher tout ce qui est dans ta bouche. Avale alors cette bouchée avec une prompte visualisation : « *J'ingère maintenant l'exactitude. Je la prends comme un composant durable de mon être !* »

Fais de même avec la phrase : « *Je dors de mieux en mieux chaque nuit !* » Quand tu avales de la nourriture après l'avoir mastiquée correctement, visualise de façon éclatante qu'avec elle tu absorbes l'énergie du sommeil.

Afin de bien pratiquer ce qui précède, il est préférable de prendre tes repas seul, du moins quand tu veux réaliser ces injonctions. Si cela n'est pas possible, alors tu peux faire de telle sorte que tes pratiques passent inaperçues des autres.

Tu devras limiter ta participation à la conversation, autrement dit, tu te retireras intérieurement des autres personnes assises à ta table pour te livrer à tes propres pensées, celles qui ne concernent que toi.

Ces autosuggestions peuvent être employées pour n'importe quelle intention.

Si, par nature, tu manques d'amour envers ton prochain, de bonté pour les animaux ou de douceur en général, si tu manques de la sensibilité nécessaire à la perception dans un domaine donné de la Connaissance — par exemple pour les instructions particulières concernant ces Lettres sur l'Hermétisme — utilise ce procédé ; il te donnera satisfaction.

Cependant, n'oublie pas de former des phrases courtes, précises et positives avant de commencer. Les exercices de respiration peuvent, à cet égard, être également employés à un degré beaucoup plus élevé. Nous verrons ultérieurement comment procéder.

6 – Méditations

A – Méditation sur le Père Cosmique

- Fais l'exercice de la concentration majeure. Une fois que tu as atteint la première phase — la phase passive — immerge-toi mentalement et le plus profondément possible dans cette série d'images : visualise ton père terrestre.
- Provoque tous les sentiments de respect et d'amour que tu avais envers lui quand tu étais un enfant et que tu peux ressentir encore aujourd'hui. Si tu n'as pas connu ton père ou s'il n'a pas revêtu pour toi cette qualité attendue de lui, choisis un autre homme qui était ou est toujours pour toi une personne que tu respectes.
- À présent, visualise-le dépouillé et nu. Imagine avec précision tous les détails de son corps, le torse, les membres dans tout le menu détail.
- Ceci fait, visualise sa stature qui grandit, tout d'abord de la taille d'une maison, tel un énorme géant qui serait debout devant toi. Visualise que cette taille augmente encore plus ! Dans l'étape suivante, sa silhouette atteint celle d'une montagne, des contours surhumains surgissent et les particularités familières deviennent difficiles à reconnaître : les pieds ne sont-ils pas enracinés dans la terre comme d'immenses fondations ? Les bras ne sont-ils pas devenus de longues crêtes montagneuses étendues et les cheveux ne sont-ils pas devenus des forêts ? Et l'œil, n'est-il pas un clair lac de montagne ? Visualise tout cela et mets en valeur chaque détail.
- Ce géant, à présent, devient colossal ; il est aussi grand qu'un continent puis il atteint la taille de notre globe ; enfin, il devient aussi grand que le

Système Solaire. Imagine tout cela, point par point, et mets en valeur chaque détail du mieux que tu le peux. Quelles dimensions ! Selon le point de vue humain, que de changements dans cette forme particulière ! Mais c'est toujours ton père. Refais cela avec chaque image que tu visualises : « *C'est toujours mon père* ». Concluez cette méditation en récitant mentalement le « Notre Père »[96].

B – Méditation sur la Mère Cosmique

- Commence cet exercice de la même façon que le précédent, avec la différence que dans la deuxième phase — la phase active — tu imagines ta mère au lieu de ton père ou, si nécessaire, une femme qui représente pour toi une personne de sexe féminin que tu as respectée et que tu respectes toujours.
- Visualise également cette personne dépouillée et nue avec précision. Suis alors pas à pas le procédé de la « Médiation sur le Père Cosmique ». Conclue cette méditation en récitant mentalement cette prière : « *Mère Cosmique, je vous salue ! Sainte Mère, bénissez-moi !* ».[97]

C – Exercice d'empathie : « homme, mon ami, mon semblable »

Atteins la phase passive de la concentration majeure.

- Dirige alors ton attention intérieure vers l'individu qui, selon toi, est ton pire ennemi. Si tu

96. *NdT. – Ceux qui ne sont pas chrétiens ou qui ne souhaitent pas, pour quelque motif que ce soit, la réciter peuvent dire une autre prière de leur choix, de leur cœur.*

97. *NdT. – On peut, à bon escient, réciter si on le souhaite un* « Je vous salue Marie ».

n'en as pas, choisis une personne que tu perçois comme très désagréable, que ce soit un homme ou une femme.

- Visualise cette personne avec précision ainsi que cela a été expliqué. Vois les particularités de son visage, sa tenue, sa façon de parler. Tout cela doit être fait sans aucune émotion, simplement en s'en tenant aux faits, avec sobriété et objectivité. Ne t'attarde pas trop sur les détails en tant que tels mais cherche plutôt à saisir l'expression générale qui émane de l'ensemble. Attache-toi surtout à ses qualités, à ce qui est bon et plaisant en elle.
- Provoque alors en toi un sentiment d'amour pour tous les êtres. Embrasse ton « ennemi » avec ces chauds sentiments. Habitue-toi, en t'immergeant en lui, à son être, son mode de pensée ; entre dans son Âme. Tandis que tu fais cela, reste détendu. La chose la plus importante est d'éprouver une émotion compatissante. C'est seulement par l'amour que tu seras capable d'atteindre spirituellement la profondeur intime d'autrui. Ceci est l'Art de l'Âme dans lequel une personne réussit mieux qu'une autre.
- Une fois que tu as senti ces vagues de sentiments emplies d'une chaude sympathie, fais le vide mental, sois réceptif et attends tranquillement. Toutefois, n'attends rien de particulier. Si tu as fait correctement tous les exercices donnés jusqu'ici et si tu t'es suffisamment développé, tu capteras d'une façon foudroyante les pensées les plus secrètes et les sentiments de ton « ennemi ». Tu liras tous ses secrets comme dans un livre ouvert et tu pourras les approfondir. Dans un premier temps, tu ne connaîtras qu'une partie de son âme mais en refaisant cet exercice plusieurs

fois, tu parviendras à en connaître d'autres recoins.

- Cette captation pourra se faire sans qu'un mot ne soit prononcé ; tout à coup, juste en un moment, tu « sais ». Une autre personne pourra avoir la même connaissance grâce à une phrase qu'elle entend ou à une image qu'elle voit intérieurement, celle-ci devant surtout être comprise de façon symbolique. Ce symbolisme correspond exactement à celui qui est attribué aux rêves.
- La conviction de la réussite ou de l'échec de la pratique de ces exercices gît dans un infaillible sentiment intérieur. Tu seras capable de voir dans n'importe quel être humain ou n'importe quel objet avec lequel tu deviens « un ». L'exercice entier se divise ainsi :

1 – La phase passive de la Concentration Majeure.

2 – La phase active consistant en :

A – Préparation de l'image mentale de la personne choisie

B – Réveil du sentiment et l'envoi actif de sympathie

C – Vide mental et réceptivité

On peut se mettre dans cet état de vide mental et de réceptivité sans suivre cet ordre si les circonstances l'exigent : avant des réunions importantes et des négociations avec certaines personnes ou des gens que tu ne connais pas. Ces exercices doivent toujours être entrepris assez tard dans la soirée, juste avant d'aller se coucher ou juste avant de s'endormir.

Résumé des Exercices du Niveau n° 4

Le matin	Pendant la journée	En soirée
Enregistrement des rêves	Exercice de l'Œil Cosmique	Méditation sur le Père ou la Mère Cosmique ou exercice d'Empathie
Série d'exercices de respirations complètes	Exercice de l'Alimentation Cosmique	Critique quotidienne et faire des projets pour le jour suivant
Formation du Regard Magistral		



CINQUIÈME LETTRE

Lève-toi et deviens Lumière

Un avertissement qui doit être pris au sérieux

SEUL CELUI QUI JOUIT D'UNE BONNE SANTÉ, aussi bien du corps que de l'esprit, devrait entreprendre les exercices de ce Niveau. Les êtes humains très faibles, ceux qui souffrent de dépression ou de maladies mentales, d'obsession en particulier, ne doivent pas faire les exercices qui suivent car ceux-ci pourraient leur être sérieusement préjudiciables. Si, cependant, une personne est affligée de ces maux et qu'elle décide de poursuivre cette étude en faisant les exercices qui suivent, l'auteur de ces Lettres décline toute responsabilité morale. Si un étudiant a quelque doute en ce qui concerne ses capacités, il peut contacter l'auteur et sera alors le bienvenu pour recevoir une directive particulière[98].

Tous ceux qui, sur la base de cet avertissement, ne sont pas en mesure de continuer ce Cours, ont néanmoins en eux le pouvoir de mener une vie riche et fructueuse[99]. Tout ce qu'ils doivent faire est de rester sur le Chemin où ils sont entrés et, autant que leur temps et leur énergie le permettent, qu'ils s'immergent pendant quelques années dans l'étude de l'Astrologie ou de la Chirologie[100] ; ils seront richement récompensés. L'étude de chacun de ces sujets peut prendre, pour eux, une durée de vie entière.

Cependant, que mes autres compagnons qui ont atteint ce stade et qui sont pleins de bonnes énergies viennent maintenant, prennent ma main et acceptent d'être aidés pour s'élever au Cinquième Niveau. Par-dessus tout : apprends le silence !

Apprends le Silence

Le monde dans lequel nous vivons résonne de conversations futiles et infinies. Plus on parle moins on fait. En un sens, les paroles deviennent un substitut aux actes ; ce qui est pire même, c'est qu'elles étouffent l'action dans l'œuf. Tout ce qui doit devenir une réalité tangible dans le monde physique doit avoir le temps de mûrir au préalable dans le monde spirituel tout comme le fait un enfant qui doit se développer dans l'utérus de la mère avant de voir la lumière du jour sinon il périra suite à des imperfections corporelles.

Quand on a une idée ou un projet, le meilleur moyen d'échouer est d'en parler tout de suite. Non seulement on gaspille ainsi l'énergie vitale — qui, si elle était conservée, maintiendrait sa tendance accumulatrice de force et servirait ainsi celui qui a conçu ce projet — mais, d'après la loi régissant la psyché humaine, on réveille aussi les forces inverses qui viennent immédiatement s'opposer au néophyte immature que tu es en ce qui concerne les mondes occultes, cherchant à le détruire. Un acte terminé et réalisé est

98. *NdT. – Le Dr Georg Lomer est décédé en 1957 et ne peut donc plus apporter aujourd'hui cette aide.* ***L'éditeur de la présente Édition ne peut en aucun cas se substituer à l'auteur et donner des recommandations personnalisées en ce qui concerne cette mise en garde.***

99. *NdT. – Au sens spirituel de ces termes.*

100. *NdT. – Étude des caractéristiques de la main, donnant des indications sur le caractère d'une personne (revoir la Lettre 1.Il peuvent tout aussi bien lire des livres relatifs à l'Hermétisme.*

une force dont chacun doit tenir compte d'une façon ou d'une autre. Il pénètre le monde comme un chevalier en armure et se bat pour sa position, tandis qu'un acte non abouti est un enfant en bas âge, impuissant et facilement vaincu.

La discipline du silence est une des armes les plus importantes dans la lutte pour le bonheur et le succès, et celle-ci est indispensable dans le combat pour l'inexprimable béatitude de la Perfection de Soi. Beaucoup a été dit et écrit sur l'art de la conversation, mais très peu sur l'art du silence. Et pourtant, c'est là une capacité qui doit être mise en œuvre régulièrement. Quand on considère cette question de manière superficielle, la personne qui parle semble être à son avantage ; la raison en est qu'en agissant ainsi, elle éveille une impression d'activité chez l'auditeur silencieux. Sois assuré que cette supériorité ne dure que jusqu'au moment où elle est confrontée à un individu discipliné, autrement dit, un être réservé, qui ne s'abandonne pas aveuglément à son interlocuteur, mais qui, au contraire, est très exigeant quant au choix de ses fréquentations ou des mots par lesquels il accepte d'être influencé. Dès que tu entres en contact avec quelqu'un, tu dois te poser ces questions — ce sera une règle pour toi — à son sujet : « *Peut-il ou peut-elle m'influencer positivement ou négativement ? Est-ce qu'il encourage ou entrave mon progrès sur le Chemin dans lequel je suis entré ?* » Conduis-toi en conséquence !

Silence actif et passif

Le silence passif est légitime s'il contribue à ton avancement ; tu peux, en effet, te soumettre, sans réserve, à l'influence d'une conversation ; tu peux écouter avec des sentiments de sympathie et d'approbation. Cependant, si ces sentiments devaient agir sur

toi de manière néfaste et entraver ton développement, ou si tu as n'importe quelle raison de croire qu'ils pourraient le faire, amorce alors immédiatement le silence actif en pleine conscience : c'est la pratique du silence avec une réserve intérieure. Tant que tu es soumis ou exposé à telles personnes ou telles pensées, reste ferme et accroche-toi à l'idée : « *Vous ne pouvez pas me nuire, vous ne pouvez pas m'influencer, je suis sur mes gardes !* » Il serait cependant plus commode d'abréger cela en une courte formule comme : « *Je suis absolument libre de toute influence !* »

Sois particulièrement sur tes gardes pendant les périodes de dépression, de découragement, de désespoir et de maladie car, dans ces cas là, tu es très facilement influençable. Sois donc très prudent dans ces circonstances ; porte l'armure du silence actif et tiens l'entrée de ton âme fermée. Plus une personne inconnue de toi essaieras de te persuader de quelque chose lorsque tu seras dans cette situation, plus tu devras être prudent et réservé. Tant que tu seras dans cette situation, n'accepte aucune suggestion hormis celle, encourageante, de tes vrais amis !

Ta tâche, toutefois, ne se limite pas à cela. En plus de ces instructions générales relatives au silence, il y a des cas particuliers qui feront de toi le maître de ta langue et représenteront un nouvel exercice d'accumulation d'énergie.

Quotidiennement, pendant une heure, limite ton discours

Chaque jour, pendant une heure, ne parle plus avec personne sauf si cela est strictement nécessaire. Considère si chaque mot ou phrase doit vraiment être prononcé. Parle lentement et délibérément. Tu t'abstiendras de tout échange de propos destiné au seul

plaisir de la conversation. Pense à ces moines qui font un discours seulement un jour par an et mènent malgré cela une vie utile et bénie.

L'effet de cette méthode est multiple. Tu reconnaîtras de toi-même la futilité de la plupart des bavardages dans le monde humain avec l'acuité convaincante qui apprend à séparer l'ivraie du bon grain et tu seras stupéfié par le manque d'idées autour de toi. Ton semblable t'approchera avec beaucoup plus d'attention et traitera tes paroles avec plus de respect en prenant en considération le plus pur et le plus riche de leur contenu.

La valeur principale de cet exercice réside dans l'importante économie d'énergie et l'augmentation intérieure de celle-ci que tu expérimenteras. Chaque impulsion de parler que tu réprimeras s'accumulera en toi comme une énergie psycho-électrique, augmentant ton agilité psychique et servant ainsi ton but le plus élevé.

Application : Il est patent que ce changement total dans ta façon de parler devra se produire aussi discrètement que possible. Dans tout ce que tu diras, reste très courtois et obligeant ; dans tout ce que tu feras, sois plaisant et aimable. Personne ne devra remarquer que ton attitude tend à quoi que ce soit.

Choisis une heure différente chaque jour : aujourd'hui, par exemple, commence de 8 heures à 9 heures du matin, demain de 9 heures à 10 heures, etc. Procède ainsi jusqu'à ce que tu aies pratiqué le silence à chacune des heures du jour. Choisis, bien sûr, des heures propices, celles où tu es en présence d'autrui afin de pouvoir faire cet exercice. Dès que tu auras effectué celui-ci plusieurs fois pendant une heure, passe à deux heures par jour : deux heures consécutives ou bien une heure le matin et une l'après-midi. Enfin, poursuis ainsi pendant tout le matin ou tout l'après-midi. Si cet exercice devient une habitude,

cela n'est pas un mal ; en fait, il ne pourra que t'être bénéfique.

Si tu es d'un caractère bavard, aide-toi, pour franchir ce premier obstacle, en écrivant un monologue par lequel tu libéreras, pour ainsi dire, la pression. Tu pourras aussi continuer ce genre de discours lorsque tu es au dehors, dans la nature et seul, sans personne autour de toi. Au début, cela te donnera un certain équilibre alors que les choses sont encore difficiles. Pense que ce procédé n'est permis qu'au commencement alors que tu es dans l'attente de résultats effectifs. Toutefois, seul un effort absolu apportera des bienfaits absolus. Celui qui ne peut pas rester silencieux, comme cela vient d'être décrit, n'est prêt pour aucun nouvel exercice.

Les satisfactions de la faim

Tu dois avoir expérimenté à ce jour les effets salutaires de tes restrictions diététiques. Il est à présent absolument nécessaire d'intensifier ces efforts jusqu'à un certain point. En effet, l'organisme doit être libre de toute toxine, s'il veut devenir le réceptacle approprié d'énergies plus élevées. La transcendance n'a jamais été le fait d'individus et de peuples rassasiés. Tu dois donc manger moins et de petites quantités, si tu veux que ton esprit atteigne la pleine force de sa prédisposition croissante à l'action. Est-ce qu'un estomac plein a jamais apporté quoi que ce soit de plus que des pensées inutiles et sans valeur ?

« *Quieta non movere !* »[101] était depuis des temps immémoriaux la devise des biens nourris.

Garde présent dans ta pensée le fait que l'Esprit Individualisé[102] est un instrument de combat donné à

101. *NdT.* – « N'agitez pas ce qui est tranquille ». *Locution proverbiale tirée de Catilina, XXI, 1. [Salluste].*

l'humanité pour conquérir sa place dans l'Univers. Cette place n'est plus nécessaire pour les bien nourris ; ils s'endorment très facilement, deviennent las et faibles. Les affamés, au contraire, sont alertes, éveillés et entreprenants. Les vrais poètes vivent encore de nos jours dans des mansardes. L'oiseau chante jusqu'à ce que les poussins soient dans le nid. La faim et la nécessité créent l'inventeur et, jusqu'à présent, l'individualisme et le mécontentement créent le révolutionnaire.

La faim et le besoin frappent d'un poing ferme l'étau d'airain qui enserre le cœur de chacun depuis sa naissance afin de briser et de libérer l'être humain[103] pour que celui-ci s'ouvre au Rythme, au courant régénérateur de la Grande Unité. Jean et Jésus — et des milliers d'ermites avant et après eux — savaient pourquoi ils allaient dans le désert, mangeant très peu, avant de commencer leur mission élevée.

Les gens semblent ne rien craindre davantage que la faim, alors que celle-ci est le meilleur piment de la vie. Oui, elle l'est et plus encore : elle est l'échelle de l'ascension et le levier de tout développement. La migration de peuples entiers et la construction de civilisations entières ont commencé et ont été engendrées par la faim.

Puisses-tu aussi entrer dans un pays étranger, puisses-tu aussi te construire toi-même et ne plus craindre, en conséquence, la faim ! Prends-la au contraire à ton service comme une amie de valeur.

Un mois de jeûne

La condition préalable à cet exercice est qu'en aucun cas tu ne dois être affaibli, émacié et réduit à la

102. *NdT. – C'est-à-dire Dieu en chaque être humain.*

103. *NdT. – De briser « l'ego », avec un « e » minuscule, c'est-à-dire la triple personnalité, pleine d'animalité et d'égoïsme.*

tristesse. Quand on commence toute sorte de jeûne, il y a les limites qui ne peuvent pas être transgressées si on veut éviter de sérieux problèmes. Ces limites s'expriment d'elles-mêmes dans ton état de santé personnel ; tant que tu te sens frais et capable de travailler, tant que tu n'es pas que « la peau sur les os » et que tu as toujours une couche de graisse prononcée sur le corps, tu peux estimer que les limites n'ont pas été surpassées. Par ailleurs, rappelle-toi toujours que tu ne dois pas devenir un fanatique de la faim ; au contraire, tu dois être un administrateur sage de ton corps que tu disciplines comme le fait un professeur avec son élève.

Application : deux fois par semaine, fais un potage pour la journée pendant laquelle tes repas principaux ne seront que de la nourriture liquide. Tu peux manger encore du pain au petit déjeuner et au goûter mais la viande, sous quelque forme que ce soit, est interdite. Le lait et les œufs sont permis. Il va de soi que la graisse et les huiles de toutes sortes sont permises ; tu dois porter une attention particulière à une consommation en quantité suffisante de matières grasses. Celles-ci sont, en effet, indispensables aux nerfs[104] qui en usent beaucoup. Ne consomme de préférence et dans la mesure du possible que des graisses végétales[105]. Les potages, qui remplacent l'alimentation solide, de-

104. *NdT. – Des organes importants comme la rétine de l'œil et le système nerveux central sont constitués essentiellement de matières grasses.*

105. *NdT. – Matières grasses qui ne soient pas, de préférence, extraites au moyen de processus chimiques ou chauffants. En effet, l'extraction des lipides par solvant est très courante. Les constituantes lipidiques sont séparées du reste de l'amalgame en les dissolvant dans un solvant approprié, tout comme le café et le thé se dissolvent dans l'eau lorsqu'on les infuse. Une fois l'extraction terminée, on distille le solvant, laissant ainsi en dépôt les lipides extraits. En ce qui concerne la nature et l'usage des huiles : pour les salades, il est recommandé d'utiliser en alternance l'huile d'olive, certes, mais aussi les huiles de soja, de noix, de pépins de raisins. Ces dernières, riches en acide linolénique, ne doivent pas être chauffées ; pour les cuissons, l'huile d'olive est recommandée (et l'huile de tournesol pour les aliments ne s'accommodant pas avec le goût de l'olive). Une margarine au tournesol peut également être utilisée à la place du beurre.*

vront être nutritifs et très bons pour l'organisme. Emploie, dans leur préparation, des légumineuses que tu alterneras avec du maïs ou des farines de toutes sortes, tels l'avoine ou les flocons d'avoine, le sarrasin, le gruau, la semoule, la crème de blé, l'orge perlé, le sago[106], le riz, etc. Il est évident aussi que tu dois manger chaque jour un fruit.

Toutes ces instructions relatives à l'alimentation doivent être suivies avec ton cœur et ton âme, avec un état de préparation intérieure ; ce n'est pas quelque chose à laquelle tu te soumets à contrecœur, comme à des devoirs domestiques. Ce n'est que lorsqu'on fait ceci de tout cœur, que les exigences requises par ce travail sont présentes : la purification psychique et physique de tout ton être. Si un élément discordant reste dans ton âme, il agira en s'opposant, il sera une entrave à ton développement ; il retardera et influencera ton progrès jusqu'à ce qu'il soit complètement éliminé. Voilà pour ce qui est des instructions générales relatives à cette Étape ; les instructions particulières suivent.

Le Chemin menant au tréfonds de toi-même — Ton Chemin vers Dieu

Afin de te trouver toi-même, tu dois délaisser ce que tu es puis revenir comme une personne transformée. Tu ne pourras abandonner ce que tu es maintenant et te retrouver ensuite que si tu changes ton centre de gravité spirituel, si tu meurs ici pour te réveiller là, car c'est seulement par « la mort » que l'être humain réalise sa renaissance. Tu dois sacrifier ton petit « moi » pour trouver le Grand « Moi ». Mais tu n'accompliras cet exploit et ne décideras de faire ce

106. *NdT. – Substance amylacée, sorte de fécule jaunâtre, que l'on retire de la moelle de divers palmiers (notamment du sagoutier, du zamia), semblable à la farine de l'arbre à pain.*

sacrifice que lorsque tu auras, pour toute nourriture sur ce Chemin, une langueur ardemment désirée envers le Divin parce que la promesse qui a été faite dans le passé est toujours valable aujourd'hui : « *Si tu me cherches de tout ton cœur, Je me laisserai trouver, dit l'Éternel...* ».[107] Aussi, dois-tu entreprendre cette quête de tout ton cœur et alors toutes les instructions qui suivent, et que je peux te donner, seront une main secourable ; dans un instant, tu découvriras certainement une nouvelle étape et ce, au moment où tu t'y attendras le moins.

Les Fils de la Lumière Primordiale

Au commencement de notre Grand Jour Cosmique[108], seul était l'Énergie Primordiale. C'était une Substance mentale éthérée, une Substance Spirituelle Fondamentale, aux attributs électromagnétiques à partir desquels, au cours du développement de l'Univers, toute la nature — des planètes aux bactéries et à tous les êtres humains — vint à l'existence par une densification progressive.[109] Tout ce qui vit a surgi de cette nébuleuse de Feu Universel, première matériali-

107. *NdT. – Jérémie 29,13-14 – Trad. Louis Segond.*

108. *NdT. – De même que la respiration humaine maintient la vie, de même, dans l'Univers, la Respiration Divine est la Vie-Même. Lorsque la Divinité dans Un de Ses Aspects (Inconnaissable à jamais) Se manifeste, Elle sort d'un État de Non-Manifestation qui ne signifie pas néant ou inexistence « per se » ; on appelle cet État de l'Êtreté Divine « Parabhram ». On dit que Dieu ou Brahma « exhale » ou « expire », engendrant l'Univers qu'Il manifeste. Cet Expir et toute la durée de vie de l'Univers ainsi Manifesté est appelé « **le Jour de Brahma** » ou « Mahamanvantara ». Lorsque la Soi-Conscience est conquise par les créatures, après des parcours incessants à travers les Plans et les Mondes de plus en plus denses, Dieu « inspire », ramenant les Consciences en Sa Conscience Inconnaissable, dans la Non-Manifestation ; l'Univers Manifesté est alors résorbé, tout entre dans un long sommeil. C'est « **la Nuit de Brahma** » ou « Mahapralayâ ».*

109. *NdT. – Cette description a trait à la manifestation des Trois Premiers Attributs Divins (Kéther-Chokmah-Binah de la Kabbale ou Atma-Bouddhi-Manas des Textes sanskrits), notamment celle de la Substance Cosmique, de nature électromagnétique (Chokmah/Binah) dans laquelle seront pétries les différentes formes ou corps des êtres et des choses devant peupler l'Univers.*

sation de la Lumière Primordiale, et s'est construit et formé à partir du « monde sans forme »[110]. En ce dernier, l'influence des constellations[111] était, d'une certaine façon, effective car elle orientait celles-ci et faisait d'elles des véhicules de rythmes cosmiques spécifiques. L'infinité des différentes sortes de moules et de formes, ainsi que la tendance innée de ceux-ci à être en perpétuel mouvement, s'élaborèrent sur les divers croisements formés de la jonction des lignes de forces célestes. Chaque croisement peut être vérifié et calculé point par point, tâche que l'Astrologie Scientifique — qui est actuellement dans les débuts de sa grande ascension — doit accomplir.

Même un être humain est une partie de cette Force Universelle densifiée qui devient donc individualisée. Pendant un certain temps, l'être humain est une partie du Rythme Cosmique et recèle en lui — dans les limites dépendant de sa forme mortelle — toutes les possibilités et les capacités de l'Être Primordial. Si l'homme veut mettre en activité ces Attributs Divins ou apprendre à les éveiller, il doit — pour acquérir ces facultés — cesser d'exister en tant qu'individu, ainsi que les mystiques d'antan avaient coutume de dire. Tu dois sacrifier la petite volonté pour trouver la Grande Volonté. Tu dois aller à l'encontre de « la chute dans la matière » (la Chute de l'Homme), dont le but était l'Individualisation[112], et effectuer le retour à la Maison du Père, comme cela est décrit dans la profonde parabole du fils perdu[113]. La mort naturelle, en tant que telle, n'est pas ce retour parce que celui-ci est un processus spirituel. Dieu est Esprit et ceux qui

110. *NdT. – L'Akasha ou Trois Plans Cosmiques Supérieurs dits « Plans aroupas »= « sans forme ». Voir note précédente.*

111. *NdT. – Les Constellations n'ont pas, à ce stade de l'émergence de l'Univers, la forme dense des corps célestes observables au télescope. Elles sont, à ce stade, à l'état d'une « pensée » ; c'est « l'idée » de ce qu'est et sera une Constellation dont il s'agit ici.*

Le servent doivent Le servir dans l'Esprit et en Vérité ! Et maintenant, tiens compte du Souffle Spirituel.

Le Souffle Spirituel

Toute la Substance Primordiale[114] n'est pas densifiée en des formes visibles. La Force Primordiale du Feu ne se trouve pas seulement dans ton organisme où elle s'est figée, ce qui est la stricte condition des vibrations les plus grossières ; elle n'est pas simplement disséminée parmi les milliards d'êtres qui forment et peuplent les mondes visibles ; la plus grande partie de ce Feu Primordial, de cette Lumière Primordiale, emplit l'Univers entier et constitue un immense trésor invisible inimaginable et dont l'entrée est accessible à celui qui a la Connaissance. Le guide qui mène à ce trésor est le souffle.

Le souffle est, par métaphore, le cordon ombilical qui t'unit continuellement à l'Esprit Universel. Quand la respiration cesse, alors ta vie individuelle, terrestre et limitée, cesse aussi. Oui, toute perturbation de ton rythme respiratoire est inévitable (tu dois prendre garde à cela) car elle est suscitée par tout ce qui est négatif. La crainte, l'envie, la douleur, l'avarice, la haine, etc., vont

112. *NdT. – Au cours du développement de l'Univers, donc au cours d' « Un Jour de Brahma », les créatures doivent conquérir la Soi-Conscience par des parcours incessants à travers les Plans et les Mondes de plus en plus denses. Lorsque ceci est fait, lorsque l'être se sent « séparé » d'un autre (c'est le processus d'Individualisation), il tend alors — en de multiples existences au moyen de la renaissance sur Terre (ou dans un autre monde de la Création) — à dissoudre cette séparativité en brisant le petit « moi », le petit « égo », la « petite volonté » de manière à adopter de plus en plus des corps d'une densité décroissante et à devenir le plus proche de l'Esprit : il devient Un avec Dieu. Mais il faut se souvenir ou savoir que ce que l'on appelle « Dieu » est Triple : Il est Esprit, certes, mais Il est aussi la Force Universelle et l'ensemble de la Substance Universelle. Par conséquent, rejeter la Substance comme contraire à ce qui est « divin » c'est tronquer l'Êtreté Divine.*

113. *NdT. – Luc 15, 11-32 -Trad. Louis Segond.*

114. *NdT. – Malgré l'adjectif « primordial » qui tend à qualifier généralement « la Substance Non encore Manifestée » (Mûlaprakrîti), il s'agit ici de « la Substance Manifestée »(Prakrîri) appelée aussi « Substance Cosmique » ou « Substance Universelle ».*

plus ou moins la main dans la main avec des troubles sérieux de respiration parce que ces sentiments se fondent sur un éloignement de l'Esprit Universel. Prends contact avec Lui et tous ces ennuis disparaîtront comme le brouillard sous les rayons du Soleil.

Le but de la fonction de la respiration ne s'arrête pas en aucun cas à la consommation physique et chimique d'oxygène, à l'élimination du dioxyde de carbone, etc. Il y a aussi « un Oxygène Spirituel », si nous voulons bien retenir cette expression, dont la consommation peut avoir une portée beaucoup plus grande pour toi.

Sache que la totalité de ton « Moi » ne coïncide pas avec les limites de ton corps[115] ; il existe non seulement à l'intérieur mais aussi à l'extérieur de ce corps et de façon beaucoup plus importante que ton apparence physique. La respiration est la fonction visible du corps physique qui établit la connexion entre ces deux parties de ton être. Elle est le principal canal qui, pendant ta vie ici, sur Terre, relie ton « moi » inférieur, de nature mortelle avec l'Être Éternel, l'Être Cosmique. Veux-tu apprendre à utiliser ce canal à sa pleine mesure ?

Grâce au souffle vivant, l'être humain pénètre dans l'Énergie cachée, la Substance-Mère, de nature électromagnétique, qui non seulement nourrit continuellement et de façon renouvelée la structure et la cohésion de son corps physique — puisqu'il tombe en morceaux dès que le souffle le quitte définitivement — mais qui fournit aussi les éléments principaux de son corps astral, la deuxième forme, principalement invisible et expression de son Âme[116]. Contrôler vraiment ton souffle signifie former et contrôler, conformément à ta volonté, la vie et le destin de l'ensemble

115. *NdT. – Il s'agit du corps physique.*

de ces deux corps. On réalise cette véritable maîtrise sur le souffle en imprégnant celui-ci de l'Esprit ; le premier pas vers ce but, la respiration consciente, a déjà été donné en exercice précédemment

Cette Étape n'est plus le premier pas. Le deuxième pas qui a trait à ce type d'imprégnation est beaucoup plus important.

Afin d'entreprendre correctement celle-ci, ta faculté de visualiser doit être développée à un niveau suffisant, but que nous avons essayé d'atteindre grâce aux précédents exercices. Toutefois, ce qui est infiniment plus important et essentiel est le processus du Réveil Intérieur qui doit déjà s'être mis en place en toi car sans cela, n'importe quelle « visualisation » ne reste qu'une caresse superficielle et chaque « mot » un écho. Autrement dit, la transformation du point de vue intérieur, « le transmutation des feux »[117], qui est la base de n'importe quelle nouvelle ascension, a dû avoir lieu. Tu sais toi-même mieux que quiconque combien tu as progressé sur ce Chemin. Tu as appris comment te contrôler. Je me répète : montre de la patience envers toi-même ! Tu ne moissonneras le fruit mûr que si tu sais attendre.

Le Réveil du « Moi » le plus élevé

Par une suggestion que j'ai faite auparavant sur ce sujet, tu connais déjà partiellement ce Réveil, grâce à

116. *NdT. – Le corps astral est l'expression de l'Âme : celle-ci est authentiquement « Atma-Bouddhi » et engendre dans les mondes plus denses un corps d'émotion, le corps astral, destiné à apprendre, au cours de la longue Évolution de l'Âme, ce qu'est le sentiment, l'émotion, etc., les acquis positifs étant transférés au plan de l'Âme et intégré par elle. C'est par ce long travail, effectué pendant de très nombreuses vies sur Terre par des corps assez denses (corps du bas mental, corps astral et double éthérique / corps physique) que l'Âme se développe et acquiert la « soi-conscience ».*

117. *NdT. – Les Énergies inhérentes à la substance de nos différents corps denses (corps du bas mental, corps astral et double éthérique / corps physique) ; elles doivent être transmutées, vibrer à une fréquence élevée.*

la pratique relative aux deux principaux Centres créateurs, de nature ignée, qui sont en toi comme « la lumière inférieure » et « la Lumière Supérieure ». Tu sais quel est leur rapport mutuel et que « la Lumière Supérieure » ne peut se fortifier qu'au détriment de « la lumière inférieure ». En effet, c'est seulement quand l'inférieur a été dominé que l'Éros[118] Supérieur peut illuminer et commencer ses activités comme nous le souhaitons et le désirons.

Tu dois savoir également qu'entre ces deux Centres d'énergie, un troisième, « le Centre astral du Cœur », est tout aussi important ; tu dois le percevoir mentalement comme étant situé dans la partie proche du plexus solaire, non loin du cœur physique. À ce point, les courants psycho-électriques provenant des deux directions principales se rencontrent et se croisent, à savoir : la ligne Nord-Sud qui connecte la Lumière Supérieure à la lumière l'inférieure et la ligne Est-Ouest qui connecte la lumière extérieure à la Lumière Intérieure. Ces deux directions sont perpendiculaires. Si tu étends tes bras horizontalement, debout, paumes des mains vers le ciel, en recevant en même temps le Souffle de l'Univers, tu comprendras, grâce à cette posture et en en tirant bénéficie, cet antique symbole sacré empli de toute la grandeur et de toute la perfection relative au genre humain : la Croix.

« Bénis soit celui qui a le Cœur pur »

Le Cœur Astral, dont le cœur physique n'est pas qu'une réplique grossière, est l'emplacement et l'organe d'un fort et important courant d'équilibration[119]. Dans ce dernier toutes les activités psychiques se reflètent directement : toutes les passions telles que la haine, l'envie, etc., mais aussi toutes les émotions comme la crainte, la douleur et un choc psychologique, provoquent des perturbations sévères. Beaucoup de maladies cardiaques ont leur origine dans un chagrin intense et de nombreuses morts ont été causées par un choc soudain. As-tu jamais prêté attention à la respiration gênée et irrégulière d'une personne rancunière ?

118. *NdT. – Il s'agit de « l'Éros » au sens platonicien, c'est-à-dire de « l'Amour Supérieur » conduisant à l'Amour Divin.*

119. *NdT. – Terme médical indiquant la mise en œuvre des différents moyens déployés par l'organisme pour maintenir l'équilibre.*

Tout ce qui est physique a ses racines dans l'Âme

Plus tu fais des efforts vers la Lumière, plus ton Génie Intérieur[120] devient inconditionnel[121] et victorieux, plus tu deviens toi-même « Lumière » ; ainsi ce Centre vital travaille-t-il avec beaucoup moins de perte et ces flots de Lumière le traversent-ils avec beaucoup moins de résistance[122] et dirigent-ils mieux et plus tranquillement la circulation des Énergies Supérieures, reflétant de manière plus pure l'éclat de l'Esprit. « Heureux ceux qui ont le cœur pur, car ils verront Dieu ! »[123]

Les Mystères du Verbe

L'éveil du « Moi » Supérieur est étroitement connecté à la respiration et à la nature la plus profonde du Verbe. Les mots ne naissent pas du hasard ; ils ne se forment pas d'eux-mêmes. Ils sont des symboles per-

120. *NdT. – Génie Intérieur : l'Âme véritable, c'est-à-dire la Trinité Divine en nous (Atma-Bouddhi-Manas).*

121. *NdT. – Inconditionnel : quand l'Âme a suffisamment d'emprise sur notre personnalité dense, animale et réussit à ce qu'aucun concession soit faite à celle-ci quant à ses besoins et pulsions de nature grossière (égoïsme, goût de la domination d'autrui, avidité, envie, etc.).*

122. *NdT. – Résistance provoquée par les vibrations lourdes liées à nos passions.*

123. *NdT. – Matthieu 5, 8 – Trad. Louis Segond.*

tinents, intimement liés à ce qu'ils expriment et qu'une appréhension superficielle ne saisit pas. On comprend aisément cela lorsque l'on considère certains verbes (des verbes d'action) dont les phonèmes reproduisent l'activité qu'ils sont sensés exprimer, par exemple : chuchoter, chuinter, cliqueter, craquer, crisser, froisser, gazouiller, murmurer, papoter, piailler, râler, ronronner, roucouler, susurrer, vrombir, zozoter, etc.[124] Ces mots possèdent la capacité d'imposer délibérément à l'auditeur l'image de ce qui est exprimé. Plus une langue est proche de ses origines, plus elle est riche quant à ses possibilités de réaliser de telles « peintures » à l'aide de mots lorsque la sonorité et la signification se fondent parfaitement. La langue allemande, jugée selon ce critère, est l'une des plus parfaites du monde.

Si tu fais des recherches plus approfondies sur ce sujet, tu constateras que ce rapport entre le mot et le sens de ce dernier peut être découvert. Toute la langue humaine est une succession de ces sortes de symboles sonores chargés de sens. Ceci s'applique à chaque mot, chaque son et chaque lettre.

Si nous examinons de plus près les substantifs ou les adjectifs, nous découvrirons que tous représentent étrangement des activités stables, rigides, visibles ou tangibles, et des mouvements qui sont exprimés, restitués dans les mots, grâce à ce qu'ils éveillent en nous par la perception de nos sens. Cela s'applique aussi aux verbes ayant un sens concret, un sens de mouvement. Pour moi le vent « siffle » et « hurle », l'eau « ruisselle », le tonnerre « gronde », parce que le vent, l'eau et le tonnerre déclenchent en moi des sentiments intérieurs tels que les mots « siffle », « hurle », « ruisselle » et « gronde » décrivent le mieux. Une perception sensorielle est, dans notre Centre Astral, une vi-

124. *NdT. – Nous avons choisi des verbes de la langue française pour une bonne compréhension de l'exemple donné par l'auteur.*

bration de nature éthérique et une longueur d'onde particulière. Comme chacun sait, la couleur « rouge » vibre différemment de la couleur « violette ». La vibration de l'air qui nous entoure — ou celle de l'Éther — s'écoule, selon un procédé de transmission, au plus profond de nous-mêmes pour y former une image intérieure que je peux provoquer à nouveau à souhait — selon l'entraînement effectué sur mes pensées — par un acte de volonté et avec des difficultés plus ou moins grandes. Il existe toujours une liaison intime entre cette image intérieure et le mot qui exprime celle-ci. En fait, nous ne pensons pas directement au sens des mots mais plutôt à l'image de ceux-ci ; ce qui revient à dire que nous pensons finalement à l'aide de lettres.

En conséquence, tout ce que nous créons ou produisons est d'abord créé en pensée ou en « images de mots », ce qui signifie, en « lettres ». Nous en venons ainsi inévitablement à la conclusion que les lettres sont de l'énergie, bien qu'elles soient des énergies d'un ordre élémentaire ; tu dois, cependant, posséder la capacité d'en faire un usage approprié.

Si je pense « sucré » ou « aigre », « calme » ou « hurlant », ces mots contiennent déjà — par la simple succession des lettres — le sens, la signification, qui est lié à eux dès lors qu'ils sont émis. La base est la pensée sous-tendant le mot ; c'est le premier vêtement, la première forme de l'élaboration d'une chose. L'émission du mot par la parole est la deuxième forme. La réalisation visible dans le monde extérieur, matériel et physique, est la troisième. Tout ce qui existe autour de toi, ainsi considéré, est une succession de lettres qui se sont matérialisées et concrétisées ; c'est, par conséquent, des mots. Afin de bien comprendre cela, tu dois penser souvent à ces choses et t'engager dans des expériences d'ordre pratique. C'est seule-

ment de cette manière que tu apprendras petit à petit à comprendre l'intériorité des mots et des lettres qui contiennent la vie la plus intense. Le monde entier t'apparaîtra avec un sens nouveau, comme une réelle et véritable « Parole de Dieu ».

L'Âme des Voyelles

Considère, par exemple, le sens intérieur ou la signification de la voyelle « I » ; analyse l'effet qu'il a sur tes sensations (le son naturellement, et non pas la forme de la lettre par laquelle il est représenté). Regarde le groupe de mots incluant la voyelle « I ». Tu constateras qu'il exprime principalement l'individualisation et la séparation, comme dans les mots : « je » (*Ich*), nous (*wir)*, mauvais (*schlimm*), sinistre (*grimmig*), milieu (*Mitte*), vouloir (*Wille*), etc. En plus de cela, cette voyelle inclut aussi un élément ardent et étincelant : ardent (*hitzig*), lumière (*Licht*), foudre (*Blitz*).[125]

La voyelle « E » exprime[126] surtout de façon symbolique, l'expansion, l'étendue, la largeur, etc. Par exemple : « plaine » *(Ebene)*, « loin » *(Fremde)*, « parler » *(Rede)*, « vie » *(Leben)*, « las » *(See)*, « mer » *(Meer)*. Un mouvement horizontal est inclus dans le sens de ces mots.

La voyelle « O », au contraire, donne un sentiment de mouvement ascendant, comme tu le reconnaîtras dans les mots suivants. Par exemple : « en haut » *(oben)*, « énorme » *(gross)*, « louer » *(loben)*, « arrogant » *(stolz)*, « mort » *(Tod)*, « Dieu » *(Gott)*.

125. *NdT. – Nous sommes obligés de transcrire entre parenthèses les mots en Allemand car s'ils contiennent la voyelle « i » dans cette langue, ils échappent à cet exemple en Français.*

126. *NdT. – En Allemand.*

La voyelle « U » exprime ce qui est inférieur, tel le mot « sous » *(Untere)*, etc. tandis que la voyelle « A » exprime la corporalité, ce qui est physique. Comprends-tu maintenant le sens profond du fait que le mot, ancien et hautement sacré, exprimant le Nom de Dieu « Iéoua » — lorsqu'il est correctement écrit — contienne cinq voyelles ?

Examine les consonnes de la même manière et tu y trouveras également cachés les mêmes secrets relatifs au sens des mots. Tu découvriras dans le « L » un rapport intérieur avec le mot « onde » *(Welle)* et dans le « S », un lien avec le feu, etc.

Il est absolument nécessaire que tu entreprennes chaque jour ce genre d'étude. Toutefois, avant que tu ne puisses travailler avec ces énergies, tu dois avoir bien appris ce qu'elles sont. L'enseignement pratique sera donné ultérieurement.

Le OM sacré et sa mise en application

On doit dire que des liens particuliers existent entre certaines parties du corps et certaines lettres, rapport dont on peut tirer avantage. Chaque organe, chaque cavité, chaque partie du corps, a, pour ainsi dire, sa propre résonance. Essaie de rendre cela clair dans ton esprit avec l'exemple suivant : si tu es debout devant un piano et que tu lances vers cet instrument quelques sons limpides, tu y éveilleras l'écho de ces notes. Les cordes appropriées du piano vibreront selon les sons émis, quelques-unes un peu plus, d'autres moins. Les sons perçants et dysharmonieux ne produisent un écho que s'ils contiennent des notes musicales.

Un être humain n'est qu'un instrument sur lequel celui qui sait le faire pourrait jouer à condition qu'il soit « accordé ». N'y a-t-il pas des êtres humains qui

ne sont que musique ? Et n'en existe-t-il pas d'autres dont la vie entière ne forme qu'une dissonance, qui sonne toujours faux ou qui est en perpétuel mécontentement ?

Tout ton corps est un rythme qui a pris une forme solide. Il est, pour ainsi dire, « le Verbe de Dieu » qui est devenu chair et qui — comme tu le sais grâce aux entretiens précédents — s'exprime et se révèle dans le monde visible selon les Lois du Rythme.

La solidification de ce rythme, devenu une forme, n'est, en réalité, qu'une illusion parce que derrière elle se cache une vie intense qui réagit de manière considérable à l'influence de tout rythme extérieur à elle. Chaque danse, chaque marche, nous montre généralement les effets de la musique : la façon dont une personne se sent, son humeur et le bien-être des êtres humains. La musique n'est rien de plus qu'un esprit devenu audible et qui s'est révélé à l'oreille. Bien sûr, cet esprit souhaite et aspire à l'harmonie partout où il se révèle. « La Musique des Sphères », que les Anciens connaissaient, existe en réalité et affecte même les mondes physiques les plus denses.

Répétons-nous : chaque organe de notre corps a sa propre note — laquelle l'a formé — et dont la structure est régie par ce rythme. Si cette note est vibrée de l'extérieur vers l'organe, alors celui-ci vibre à son tour par résonance, ce qui lui permet d'augmenter son activité afin de réaliser un travail plus intense et plus puissant.

Le Génie Divin a, dans l'être humain, un point de contact, « un siège » qui est, comme tu le sais, approximativement au Centre de la tête, en un lieu connu sous le nom de glande pinéale, d'où Il émane dans toutes les directions. Le but est de trouver la note qui est propre à la cavité crânienne où gît le foyer de ce Centre et d'en faire ensuite un usage systématique. Ce son particulier est reconnaissable quand il augmente le volume d'une intense résonance à l'intérieur de la tête ; on doit faire attention à cela ; il n'est pas toujours le même pour chaque individu et pour chaque race car la structure de la tête est d'une grande importance. Par exemple, pour un homme de race aryenne, ce son se situe près du Mi de la gamme, que tu peux trouver approximativement au milieu du clavier sur n'importe quel piano. Il est nécessaire de vérifier ce son en le jouant. Davantage sur ce sujet sera précisé ultérieurement.

Son et lettre sont dans un rapport d'activité étroit où la lettre donne, pour ainsi dire, au son le vêtement organique par lequel celui-là peut exprimer le mieux sa valeur intérieure.

Ce rapport est plus étroit, comme on peut l'expliquer en peu de mots[127]. On peut, en conséquence, parler du « I » perçant mais pas du « A ». On peut percevoir un « U » comme un son grave mais pas un « E ». Dès que tu seras suffisamment développé, tu remarqueras que les notes et les mots — ou fragments de mots — surtout les voyelles, entretiennent une relation particulière avec les différentes couleurs. Il faut prêter attention à ces choses et entreprendre des recherches sur ta propre personne. Quel genre de perceptions colorées déclenches-tu par l'émission des voyelles « A », « E », « I », « O », « U » ? Quel genre de perceptions colorées déclenches-tu en écoutant une certaine musique ou certaines notes de la gamme ? Reconnais que les sons émettent aussi de la lumière et que la lumière peut également être perçue en tant que son.

127. *NdT. – Nous faisons référence à la prononciation allemande des voyelles : le « A » est prononcé comme dans « plat » ; le « E » comme dans « bête » ; le « I » comme dans « site » ; le « O » comme dans « hotte » et le « U » comme dans « poule ».*

Il doit aussi exister une Conscience Universelle à partir de laquelle la vue et l'ouïe ne sont que des altérations humaines d'une même chose !

L'ordre des lettres par lequel la note musicale Mi reçoit sa résonance la plus forte est l'antique syllabe sacrée du Sanskrit « OM » ; on précisera dans ce Cours le sens fondamental qui lui est propre.

Les tâches essentielles qui t'incomberont à ce Niveau sont, d'une part, l'usage systématique de cette syllabe et, d'autre part, l'amorce puis le développement du bouleversement intérieur provoqué par le concept d'Espace et de Temps ; sans cela, tu n'avanceras pas.



NIVEAU N° 5

Tu as plus qu'il ne faut pour travailler selon les idées qui viennent d'être exposées ; en outre, tu as reçu quelques indices d'ordre pratique sur la façon dont tu dois procéder. Entreprends maintenant le travail suivant.

Le matin :

1 – Pratique du réveil spirituel ;

2 – Pratique de la respiration cosmique;

3 – L'alternance tous les deux jours, méditez sur :

A – Symbole du Pentagramme

B – Symbole du Soleil

Pendant le jour :

1 – Pratique du silence (comme décrit) ;

2 – Une fois par jour, l'exercice « de mille ans » ;

3 – Pendant tes repas principaux, exercice sur » la gratitude cosmique ».

Le soir :

1 – En alternance quotidienne :

A – 30 minutes d'ABC spirituel, ou

B – Exercice du cercueil, avec la tentative de « je suis » et la jubilation et l'extase

C – Pratique du « OM » chaque soir

Explications

1 – Le « réveil spirituel »

Il est symbolisé par chaque réveil au matin et doit donc être pratiqué immédiatement après celui-ci. La conscience naturelle, c'est-à-dire la conscience de la personne réveillée, est encore ensommeillée et n'est pas entièrement active. Cet exercice chassera la somnolence. Pratique ce qui suit.

Dès le réveil, stimule-toi en faisant bouger tes muscles à plusieurs reprises. Détends-toi complètement et, lorsque tu seras totalement éveillé, suis mentalement les instructions données dans la Troisième Lettre concernant la phase passive de la « concentration majeure ». Même la tête devra rester immobile. Pense à présent ceci : tu viens de rentrer d'un long voyage ; tu es allé très loin, pendant de nombreuses années et tout ce que tu vois, tu le vois pour la première fois. Considère ton environnement depuis cette posture, tout dans le moindre détail, le papier peint, les meubles, les rideaux, etc. Fais cela comme si tu n'avais jamais vu auparavant toutes les choses que tu observes. Laisse-les t'affecter comme si elles étaient quelque chose de complètement nouveau. Regarde si elles n'ont pas un nouveau message pour toi, un message qu'elles ne t'ont jamais transmis jusqu'à présent. Si tu es marié, tu dois considérer également ton conjoint et tes enfants de ce point de vue. N'ont-ils

pas quelque chose à te dire que tu n'as pas su ou dont tu n'étais pas conscient ? Aie un programme quotidien. Quand cet exercice aura atteint son but, tu le sauras ; je ne dois donc rien en dire de plus[128]. Durée de cet exercice : plusieurs minutes.

2 – Respiration Cosmique

Cet exercice commence au moment où tu sors du lit. Durée : plusieurs minutes.

Assieds-toi bien droit, mains sur les genoux, dos libre[129], devant une fenêtre ouverte par laquelle tu regardes à l'extérieur. Respire maintenant lentement et librement, contrôlant entièrement tes pensées, sans aucune contrainte.

Ce faisant, pense et crée une image mentale de ce qui suit : *« Avec chaque souffle que j'inhale, je suis en contact direct avec les limites du monde ! L'air que j'inhale vibre sans cesse autour de toute la Terre et loin dans le Cosmos. Je tire ce souffle de l'espace et le mène en moi puis j'entre activement en contact avec les distances les plus lointaines et celles-ci sont l'Esprit, l'Esprit Vivant ! Et de ce trésor d'Esprit je tire toutes les énergies que je souhaite ! »*. Si tu as des vœux légitimes, charge alors ton inhalation de leur contenu. Fais cet exercice jusqu'à ce que tu le réussisses et que tu aies le net sentiment que tu l'as bien fait. Ne le fais pas trop longtemps et ne te surmène pas. Plus tu oublieras complètement ton corps physique, meilleur sera le résultat. Ton but sera plus facilement réalisé si tu commences par l'exercice qui consiste à voir » les limites du monde » comme cela vient d'être indiqué ; oriente ensuite ton image mentale vers le « trésor de

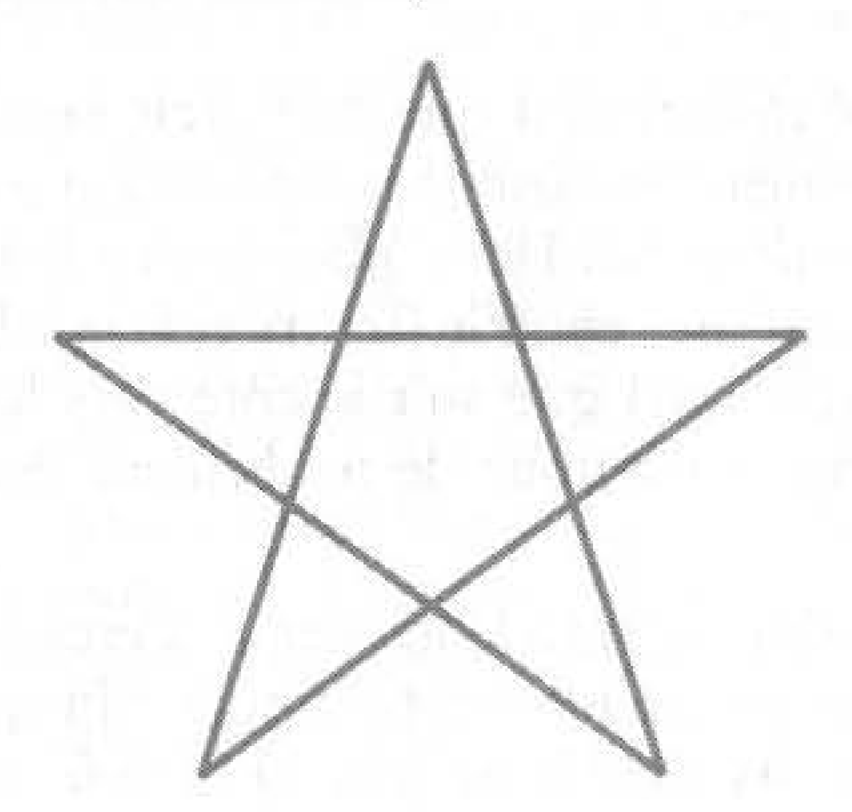
128. *NdT. – Cet exercice est beaucoup plus important qu'il n'en à l'air ; il mène la conscience très, très loin…*

129. *NdT. – Sans aucun dossier.*

l'Esprit » ; conclue enfin l'exercice en ajoutant cette sentence au souhait que tu as « inspiré » : « *Paix et Énergie pour le jour entier* » ou quelque chose de plus approprié. Il t'appartient de faire les changements qui conviennent selon les circonstances du moment.

3 – Méditations

A – Sur l'Étoile à cinq branches. Cet exercice est pratiqué de la façon suivante : dessine à l'encre ou au crayon un Pentagramme en traçant cinq lignes de longueur égale sous la forme d'une étoile, pointe vers le haut, comme indiqué ci-dessous (elle doit avoir 5 cm de diamètre environ).



Place maintenant ce dessin devant toi afin de pouvoir le regarder facilement. Entre dans l'état de passivité que tu connais. Commence en te concentrant sur le Pentagramme en posant les questions suivantes : « *Où se trouve sa particularité et sa perfection ? Quel rapport ai-je moi-même avec le numéro cinq ?* ».

Imagine à présent des lignes de feu et accepte que celles-ci agissent sur toi telles des rayons d'énergie. Immerge-toi totalement dans cette figure. Prends physiquement la position de l'Étoile et cherche à sentir comment cette dernière brille en toi. Dis à toi-même :

« *L'Étoile hors du Chaos !* ». Sens avec quelle ardeur les lignes de feu te pénètrent, comment toi-même tu deviens cette Étoile. La durée de cet exercice ne doit pas excéder 10 minutes.

B – Sur le symbole du Soleil. De la même manière que lors de la méditation précédente, dessine un cercle de 3 cm de diamètre environ et mets le point au centre. Médite comme cela vient d'être décrit en te concentrant sur ce qui suit : « *Pourquoi le Cercle est plus parfait ou complet que l'Étoile ? Qui ou qu'est-ce que le Cercle représente ? Qui ou qu'est-ce que le Point représente ? Qu'est-ce qui arrive au Cercle quand je déplace le Point central vers une position arbitraire ?* »

Imagine maintenant que du Cercle émane du feu. Projette-toi mentalement dans le Centre et immerge-toi complètement en lui. De la place où tu te trouves en pensée, la distance entre le Centre et le bord du Cercle est identique, quel que soit le côté vers lequel tu te tournes. Partout autour de toi brûlent des flammes ardentes.

Change de position à l'intérieur du Cercle ! Qu'est-ce qui arrive maintenant à cette figure ? Projette-toi en divers endroits au sein de celle-ci ! D'où et comment le vois-tu maintenant ? Dis à toi-même : « *Le Centre est partout !* » Fais-en intérieurement l'expérience. La durée de cet exercice ne doit pas excéder 10 minutes.

4 – La Pratique du silence, *comme cela a été décrit dans cette Lettre*

5 – L'Exercice sur le Temps (mille ans)

Imagine de façon détaillée ce que sera devenu dans 100 ans un être humain ou un lieu. Toi, tes amis, tes collègues, tes concurrents, ton conjoint, tes enfants...

Qu'est-ce qui leur sera arrivé dans 100, 500, 1000 ans ? Regarde leur dépouille mortelle qui, dès qu'on la touche, tombe en poussière ; regarde-la dispersée dans la terre, le sable et l'eau, dans ton pays et à l'étranger. Ils sont morts soudainement ou de lente maladie ; ils sont morts suite à un accident, ils ont été assassinés ou tués en pleine action. Choisis chaque jour pour faire cet exercice une personne différente et considère-la de ce point de vue.

Passe alors aux lieux. La maison dans laquelle tu vis, la rue, la partie de la ville où tu résides, la ville entière, oui, même le pays dans lequel tu vis, qu'est-ce qui leur arrivera dans 100, dans 500, dans 1000 ans ? Regarde les maisons où aujourd'hui tu trouves des jardins ; les jardins où s'élèvent maintenant des maisons. Regarde les villes, désolées ou totalement disparues, redevenues les forêts qui étaient là avant qu'elles-mêmes n'aient été construites. Tu vois des déserts et des prairies où autrefois battait le pouls de grandes métropoles. Les plantes et les animaux ont trouvé de nouveaux espaces là où l'homme, pendant une longue période de temps, s'est considéré comme leur maître. Qui a détruit tout cela ? Qui l'a entièrement changé et l'a rendu à une autre forme ?

Tu ne vois plus que la forme et la transformation. Seul le Temps change et seul ta vue est limitée. Et tu avais pleuré autrefois sur ces formes transitoires ou bien tu étais fier d'elles ! Ta vie n'est rien d'autre qu'une chute violente vers la mort. Quelle danse de fou et quelle foire cet immense délire qui t'entoure a fait de ce moment qui appartient Dieu ?

6 – Exercice de Gratitude envers l'Univers

Chaque fois que tu as pris un repas, arrête-toi un instant et envoie des pensées pleines de gratitude vers

le lieu où la nourriture a été produite pour que tu en profites. Quand tu manges une pomme, pense à l'arbre qui a fleuri pour que tu puisses vivre. Quand tu bois du lait, pense au bétail qui te l'a donné.

Quand tu romps le pain, pense au champ de blé que le soleil a fait mûrir pour toi. Si cela n'était pas destiné, tu n'aimerais ce genre de nourriture. Tous ces aliments sont des messages directs du Royaume de Celui qui est éternellement vivant ; des messages qui vous disent : « *Vis ! Vis pour Moi ! Ta réponse doit être un plaisir empli de reconnaissance* ».

Ne dis pas : « *J'ai payé tout cela* ». Tu as payé avec de l'argent mais qui te l'a donné ? Qui s'est servi d'intermédiaires humains pour te le procurer ?

Ne dis pas : « *J'ai travaillé pour avoir cet argent, donc je le mérite...* ». Qui t'a donné la capacité de travailler et qui t'a maintenu en bonne santé pour pouvoir le faire ? Qui t'a protégé des accidents ?

Avant de manger, aie une pensée reconnaissante envers l'Esprit Universel. Parle très peu mais mange consciemment ; alors chaque repas contribuera à ton développement intérieur.

7 – Exercices du soir

Ils sont de beaucoup les plus importants à ce Niveau précis car tu emportes ces impressions dans ton sommeil.

A – Exercice avec les lettres inspirées dans le corps. Ceci est l'abc spirituel qui arrive à son sommet. Cet exercice est de la plus grande importance pour la pratique de l'Éveil de l'Être Éternel qui sommeille en chaque individu mais qui, autant que cela te concerne, est déjà entré dans le processus de l'Éveil. Il contribuera à la formation et au développement de ton Corps Spirituel au moyen de l'énergie contenue

dans les lettres. Seul, en effet, ce Corps est capable de t'assurer la continuité de la conscience personnelle au-delà de la mort physique. Nous avons appris que l'énergie émise par les lettres est, pour ainsi dire, comme le symbole élémentaire du mouvement ; elle est comme l'unité ultime qui permet de remonter à l'origine de toutes les formes multiples que sont les choses environnantes. Puisque les êtres humains font aussi partie de cet ensemble de formes diverses, ils apprennent, en se fondant sur ces unités indivisibles ou sur les énergies efficaces qui y sont cachées, à se recréer eux-mêmes sur une base nouvelle. Une compréhension finale de leur Être est révélée à ceux qui entreprennent ce travail, une compréhension qu'ils peuvent percevoir du plus profond de leur nature et qui ne peut être acquise d'une autre façon. Le processus est aussi ancien que fiable.

En aucun cas tu as affaire ici avec une ligne de conduite d'ordre inteln'lectuel au sens courant du terme. Ce qui est mis en mouvement est au-dessus de tout intellect[130] ; tu ne peux pas juger cela du point de vue du mental habituel mais seulement sur la base de tes propres expériences qui transmettent seules la Connaissance voulue.

Tout ce processus pourrait être bien décrit comme un parallèle au processus de la respiration. De même que la respiration spirituelle consciente te dote des Attributs Divins les plus élevés, de même ce procédé devient un instrument inestimable entre les mains de celui qui pratique en toute connaissance de cause. Je t'enseignerai donc ainsi la pratique liée aux lettres pour devenir à la fois artiste et clavier, chanteur et

130. *NdT. – Il s'agit du « mental concret » ou « bas mental », différent du Mental authentique qui est relié à des Énergies plus hautes encore (Atma-Bouddhi). Seul la Divinité en nous (la Triplictié Divine en nous : Atma-Bouddhi-Manas) a le pouvoir de nous transmettre la véritable Connaissance (donc avec un « C » majuscule) que l'on capte via notre mental concret par Intuition, par une Compréhension soudaine et « globale » des réalités Universelles.*

chanson ; c'est seulement alors que la chanson aura l'assurance de la Vie Éternelle, qu'elle franchira le couloir qu'ouvrent les portent de la mort et qu'elle se fondra en un mariage mystique avec la plus Haute Soi-Conscience qui soit impartie à un être humain.

Ce qui importe est ceci : tu dois apprendre à entendre dans ton mental le son des lettres et à transférer le concept de ton « moi » dans certaines parties de ton corps. Te voici, pour ainsi dire, en train d'entreprendre un champ d'étude nouveau qui te permettra de te tenir debout et de marcher au moyen de la pensée. Tu as acquis à présent les bases requises pour faire ces exercices.

- Commence donc par les pieds.
- Continue en allant d'une partie du corps à une autre, d'organe en organe, et toujours en remontant. Il te faut étudier la structure interne de tout ton corps, dans la mesure où tu sais où se trouve chaque organe. Avoir ce type de connaissance facilite les exercices et permet de les faire plus vite. En outre, selon une loi précise, dès que les énergies sont correctement insufflées et éveillées dans les pieds, le processus de spiritualisation se diffuse automatiquement aux autres parties du corps. Cela seulement suffit à quiconque pour se diriger vers l'entrée du Chemin car tout individu qui pratique ces exercices trouvera correctement le reste de cette Voie par lui-même ou par elle-même.
- Continue ainsi : choisis une heure calme en soirée où tu ne seras pas dérangé pour pratiquer la vitalisation du mot. Commence, dans une position appropriée, par une Invocation. Rassemble tes propres énergies, ferme les yeux, étends tes bras de côté, les coudes en angle, les mains légèrement ouvertes avec les paumes tournées vers le haut dans un geste de réceptivité. Parle lentement en sentant consciemment chaque mot : « *Esprit Parfait, je T'appelle ! Esprit Parfait, éclaire-moi ! Fait que ce qui est ici soit là, et que ce qui est là soit ici. Et sois Omniprésent pour moi !* »
- Avec ces mots, ce qui est mortel à l'intérieur de vous appelle l'Immortel.
- Après cela, l'exercice réel commence; tu peux le faire debout ou en marchant lentement, ou en restant assis, ou bien encore en étant allongé. Choisis la position qui te convient le mieux. La voie la plus efficace est habituellement la phase passive des exercices de concentration ; fais cela, au début du moins, parce que de cette manière tu atteindras le but beaucoup plus vite. Plus tard, tu ne dépendras pas autant de ce genre de mise en condition. Chaque capacité se développe par des exercices.
- Cherche à présent à donner vie aux lettres attirées mentalement dans tes pieds. Débute avec une lettre d'abord. Ce sera plus facile si tu t'aides de la respiration. Inhale lentement et naturellement et quand tu exhales, visualise que tu respires la lettre par le pied gauche. En même temps, essaie de projeter ton « Moi » conscient dans le pied gauche et de sentir ce qui s'y passe : l'Esprit de la lettre vibrant dans le pied ; capte cela de toute ta sensibilité. Cela peut sembler plus difficile qu'il n'est en réalité mais si tu persévères, tu réussiras. Il est très important de développer de la force et de l'endurance sinon tu ne pourras pas devenir le maître constructeur de ton Corps Immortel. Tu dois faire et refaire cet exercice — bien que tu ne puisses réussir immédiatement — jusqu'à que tu sentes clairement certains changements dans la partie du corps

qui a été irriguée, dans le cas présent : le pied. Alors seulement le but de cette pratique aura été atteint, ce but spécifique sera réalisé. On doit préciser que le corps physique éprouvera finalement un changement, un affinage, qui sera perceptible par autrui.

On doit également souligner que tout ce processus ne peut pas être accompli en un mois, ni en plusieurs mois ; c'est une réalisation que chacun obtiendra en temps voulu. Pour mener à bien cet exercice, plusieurs années de travail sérieux, continuel sont nécessaires ainsi qu'une immersion complète dans cette tâche. L'art divin de la prononciation des lettres n'est pas un jeu d'enfant.

Quiconque est offensé par ces précisions — qui lui semblent « enfantines », « absurdes » ou » incompréhensibles » — ne sait vraiment pas ce qu'il fait et changera bientôt d'avis dès qu'il aura décidé de marcher sur ce Chemin puisque celui-ci se fonde sur une très ancienne expérience et sur une pratique qui a été éprouvée des milliers de fois.

B – Exercice avec le cercueil. Fais-le dans une pièce sombre.

- Mets une bougie allumée sur une planche directement au-dessus de ta tête. Allonge-toi sur un lit ou un divan. Si tu ne le peux pas, assieds-toi sur une chaise. Deviens passif et commence la méditation suivante.
- Tu es maintenant couché dans un cercueil. De tous tes sens, familiarise-toi avec ce concept aussi intensément que tu le peux. Sens comment les parois du cercueil t'entourent étroitement, comment tes pieds touchent le bois, comment le couvercle du cercueil est fermé sur toi. Sens les couronnes de fleurs en putréfaction. Écoute les vers qui te mangent et qui traversent les parois

du cercueil. Fais naître en toi-même un sentiment d'isolement et de grande solitude. Une fois que tu es complètement pénétré par ces sentiments, aborde la deuxième partie de cet exercice.

- Ton corps devient à présent ton cercueil. Tu es enterré dans ce corps. Les membres, la chair et les os sont les parois du cercueil dans lequel tu es emprisonné. Dès que tu auras bien éprouvé cette sensation, continue ensuite avec cette troisième catégorie de pensées.
- Es-« tu » ce corps ? Non, tu ne l'es pas ! Es-tu ces os, cette chair, ce tissu nerveux, ce cerveau ou ces poumons ? Non, certainement non ! Tous ces organes ne sont que des outils que tu utilises. Mais toi-même… qui es-tu toi-même ? Tu es une partie de la Volonté Universelle dont la valeur égale complètement celle de chaque autre partie et qui est éternelle et indestructible comme cette Volonté ; tu es un esprit de cet Esprit. Prends conscience de cette vérité dans toute sa profondeur. Il est absolument nécessaire que tu le fasses. Parle lentement dans ton mental, en portant un accent spécial sur ces mots : « *Je suis* ». Exalte-les en toi. Ressens en toi le sens de cette phrase : « *Je suis un esprit créateur qui ne change pas ! La forme est une chose créée qui se délabre quand elle a accompli sa tâche !* » Laisse-toi imprégner par la magnificence de cette pensée : « *Esprit Immortel !...* ».
- Continue, enfin, en tentant d'atteindre l'extase. L'extase[131] signifie « être capable de se placer à l'extérieur afin d'être vraiment hors de son corps physique », autrement dit, « sortir ». Tu dois

131. *NdT. – État par lequel une personne se trouve comme transportée hors d'elle et du monde sensible avec le sentiment et la conscience de s'unir à la Transcendance.*

sortir de ton corps physique afin de puiser tout le savoir que tu ignores encore. Cela se produit ainsi : visualise, aussi intensément que tu le peux, que tu te réveilles, que tu te laves et que tu marches lentement vers la porte. Pour accomplir cela, il est nécessaire de visualiser chaque mouvement simple, surtout quand tu fais tes derniers essais. Plus tu as perfectionné la phase passive de la « concentration majeure » et que tu peux mettre ton corps physique dans cet état, plus tu seras capable de consacrer tes pensées à l'exercice et ainsi réussiras-tu plus vite et mieux. Si tu ne réussis pas tout de suite, il n'y a aucun mal à cela. Tout contribue au développement.

- Lorsque tu te tiens debout, devant la porte, regarde derrière toi et vois ton corps physique qui repose là, en paix. Observe chaque détail de ce corps, la position de tes membres, la couleur et l'expression du visage, la particularité du meuble sur lequel ton corps se repose ainsi que l'environnement. Tiens compte du fait que tu as affaire ici non pas avec un exercice typique de visualisation mais avec un exercice relatif au pouvoir — bien développé — de créer des images. Plus tu as progressé jusqu'ici sur le Chemin, plus vite tu réussiras. Il s'agit là d'un acte portant sur l'objectivité envers soi-même dans laquelle gît un grand secret ; celui-ci doit révéler ses effets au plan concret, c'est le secret de l'Omniprésence potentielle de l'Esprit.
- Aie bien en tête le fait que chaque fois que tu penses à un lieu, cela exige une certaine capacité d'être bien là. Tu es là en pensée et cela signifie que tu es là en réalité, avec une partie de ton être, avec tout ton être. Tu es vraiment transporté à cet endroit. Tu vas apprendre à accroître cette faculté et tu pourras alors te projeter avec une intensité telle que tu seras capable de faire, à partir de ce nouveau point de vue, des observations objectives et véritables. Le succès dépendra, d'une part, du degré auquel tu pourras oublier ton corps physique et, dans l'ensemble, ton « moi » grossier et, d'autre part, du niveau de concentration que tu auras atteint. Tout ce qui t'apparaîtras à l'extérieur de toi-même ne sera rien d'autre que le produit de ta pensée.
- Refais l'exercice précédent jusqu'à ce que tu sentes incontestablement que tu es « sorti de ton corps » et que tu fasses des observations objectives, vérifiables ultérieurement. ***Ne fais jamais cet exercice plus de 30 minutes par jour.*** Si tu ne réussis pas pendant ces 30 minutes, remets l'expérience à la prochaine fois. La répétition fréquente mène au succès. Si tu ressens quelques malaises physiques ou nerveux, arrête cet exercice immédiatement. Refais cet exercice une autre fois quand tu seras en paix.
- Dès que tu as réussi cet exercice fondamental, quitte la pièce dans cet état d'extase[132] et va dans d'autres pièces de la même maison où des personnes de ta connaissance sont présentes et essaie de voir ce quelles font ou quelles sont leurs occupations. Continue cette investigation avec précision de manière mentale tout comme tu le ferais avec ton corps physique. Examine ensuite les particularités et les changements que tu as remarqués. Ne fais que les exercices qui te permettent de vérifier les résultats. Au début, limite-toi aux habitants de ta maison. Si tu remarques que cette pratique t'affecte trop, ne l'entreprends plus que de temps en temps, chaque semaine. Ne force rien ; tout doit se développer

132. *NdT. – Donc toujours en « sortie » mentale du corps physique.*

naturellement. Si tu oublies de faire cet exercice, cela n'est pas grave ; reprends-le après. Tu peux le terminer en répétant mentalement avec conviction : « ***Je suis*** ».

C – Exercice avec le « OM ». Il formera la pierre angulaire de chaque jour. Détermine d'abord ta note, comme cela été précédemment précisé.

- Mets cela en pratique en chantant une note après l'autre et en prolongeant chacune d'elles. Un piano ou tout autre instrument feront l'affaire. La syllabe sacrée « OM » doit être chantée lettre par lettre, dans l'ordre suivant : A – OU – M. On traîne sur chaque voyelle ; tu dois terminer avec le « M » comme une réverbération bourdonnante. Ces trois voyelles ne doivent pas être accentuées et chantées avec une séparation brusque mais elles doivent se fondre doucement l'une dans l'autre.
- Dès que tu auras trouvé ta note, je recommande qu'au début ce mot soit chanté, encadré par les phrases : « *Dieu est Esprit !* » et « *Lumière est Dieu ! Vie !* »

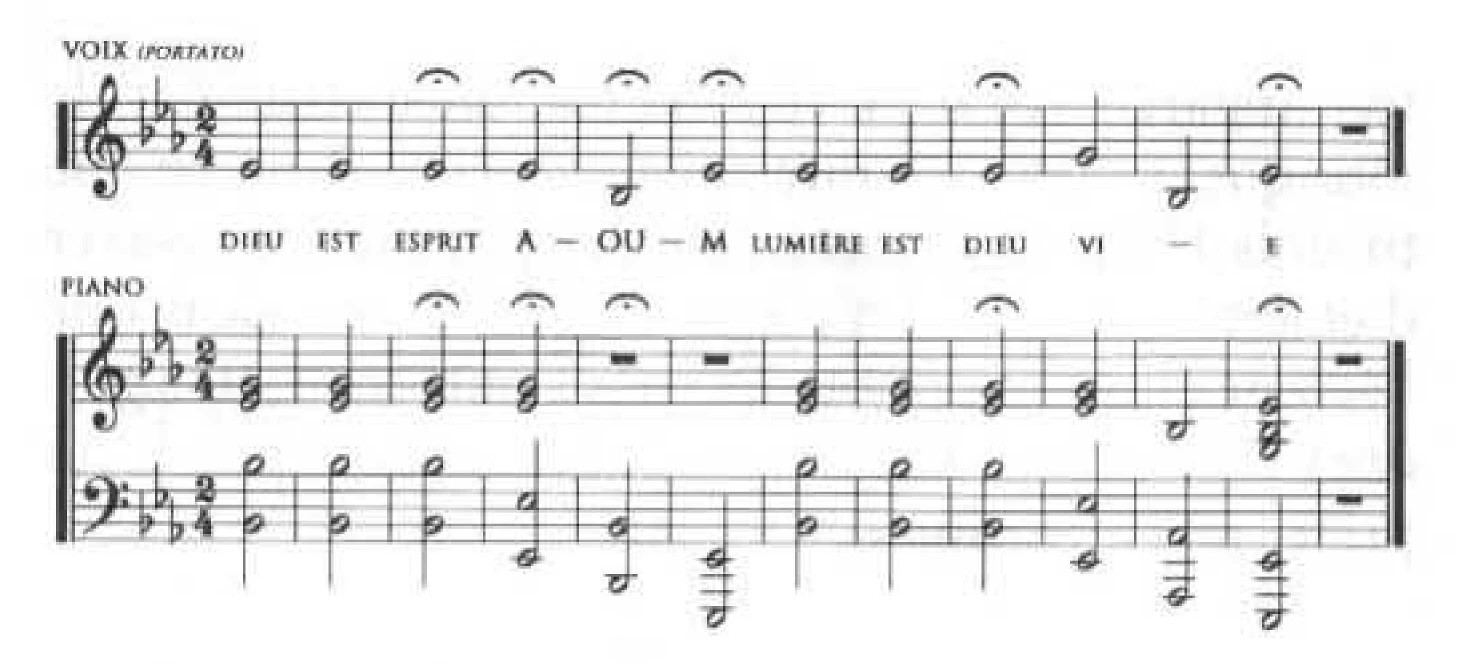
Suis la partition suivante relative à ce chant[133].

Chanson (très solennel) – Voix (Portato)[134] :

« Dieu est Esprit !
A – OU – M,
Lumière est Dieu ! Vie ! »

133. *NdT. – Cette partition a été écrite en Mi bémol majeur et non en Mi (majeur) comme on s'y attendrait d'après ce que dit l'auteur du son lié au « Om » (Mi). Est-ce parce que la valeur du La (qui équivalait à 415 Hz/sec. en 1750 et qui équivaut maintenant à 442 Hz/sec.) était de 435 Hz/sec. vers 1930, (époque à laquelle ce livre a été écrit) que l'édition allemande de 1997 a baissé d'un demi ton la tonalité de ce chant ?*

134. *NdT. – Alors que le legato est une liaison entre les sons et que le staccato met un silence plus ou moins long entre les notes, le* ***portato*** *lui met un petit silence entre les notes, mais un silence qui ne peut se mesurer. À partir du moment où l'on peut écrire le silence, on ne fait plus de portato.*



Comme tu peux le voir, tout cet exercice s'articule autour d'un accord simple dont la tranquillité grave et profonde doit porter ses effets aussi bien à l'extérieur de toi-même qu'à l'intérieur. Cette petite composition doit être répétée au moins 12 fois. Au cours de la soirée, tu peux la chanter sans t'accompagner d'un instrument et en te limitant donc à la partie vocale qui contient les sons essentiels.

Tu dois faire cet exercice dans une position de repos complet, assis bien droit, mains sur les genoux, yeux fermés, attention complètement focalisée sur le mot et le son ; d'une certaine manière, tu dois devenir ce mot et ce son. Si ta tonalité fondamentale diffère de celle qui est écrite ci-dessus, tu dois changer en conséquence l'accord et l'accompagnement. Par exemple, les accords les plus fréquents, de bas en haut, sont Do, Mi, Sol ou Do, Fa dièse et La, toujours dans la gamme moyenne[135].

Tout cet exercice est élémentaire, simple et facile à mettre en œuvre. Les voyelles « a », « o » et « u » ont un rapport vibratoire très particulier ; elles ont un lien mutuel intérieur spécial que tu peux trouver et sentir si tu prêtes une grande attention, pendant que tu articules, aux mouvements de ta bouche et à tout

135. *NdT. – L'auteur parle d'accords (en donnant d'ailleurs celui de Do majeur (Do-Mi-Sol-Do), pensant certainement à la notion de "transposition"; en clair, on peut transposer en Do majer, en Fa dièse majeur ou en La majeur le morceau écrit en Mi bémol majeur.*

ton appareil vocal. Si tu n'as pas un instrument de musique, tu peux chanter quand même. Tout ce que tu dois faire est entonner le chant initial et essayer d'émettre des résonances selon le sens musical que l'écoute et la perception des sons t'ont légué ; il te guidera sûrement pour autant que tu aies appris à lui prêter une attention soutenue.



Résumé des Exercices du Niveau n° 5

Le matin	Pendant la journée	En soirée
Réveil Spirituel	Limitation de la parole (1h/jour)	En alternance quotidienne : *a) 30 minutes d'ABC spirituel* *b) Exercice du cercueil* *c) Pratique du « Om »*
Respiration Cosmique	Exercice « de mille ans » (1fois/jour)	
Méditation alternée : *a) symbole du Pentagramme* *b) symbole du Soleil*	Pendant les repas : « la gratitude cosmique »	
	Pendant un mois : jeûne	



Sixième Lettre

Lève-toi et deviens Lumière

Avant-propos

Dans la lettre précédente un exercice particulier t'a été donné ; tu es libre de ne le faire qu'en partie et de le poursuivre ultérieurement. Cette liberté répond à une nécessité. En effet, le temps est maintenant venu où tu dois devenir plus indépendant et lâcher lentement la main qui t'a guidé afin de créer un espace favorable à ta propre croissance spirituelle, sinon tu ne seras pas capable d'accomplir le but de ces Lettres et de t'élever. Celui-ci n'est pas l'uniformité spirituelle, ce n'est pas la faiblesse, mais au contraire il tend au développement individuel des pouvoirs les plus profonds de l'Âme, quoique le but de celle-ci ait, du point de vue mystique, le même fondement que ceux-là. Cette finalité vise donc un niveau de croissance plus élevé ! Les astres, dans le cadre qu'ils délimitent dans le thème de naissance d'un individu, montrent la distribution extrêmement diverse des aptitudes de chacun à la Spiritualité ; cela doit être pris en considération. La force de l'un résidera plus dans ses rêves prémonitoires ou autres visions alors que le talent d'un autre s'exprimera davantage dans l'action occulte à distance. La Couronne du développement de l'Esprit est toujours la réalisation de l'unité des Éléments actifs et des Éléments passifs [136] mais tout le monde ne naît pas avec la mission de réaliser ce but dans la présente incarnation.

Dans cette Sixième Lettre, je t'indiquerai les buts essentiels à atteindre ainsi que les exercices y afférant en te donnant autant de précisions que possible. Il t'appartiendra de mettre tout cela en pratique aux moments appropriés de la journée. Tu auras l'initiative de mêler les nouveaux exercices à certains autres, décrits dans la Cinquième Lettre car ces derniers ne seront pas parachevés, comme tu l'auras sans doute expérimenté. Dans l'avenir, tu pourras choisir les exercices à faire immédiatement et ceux que tu remettras à plus tard. Ceux qui doivent être pratiqués dans n'importe quelles circonstances sont marqués de ce symbole : ◄

Ne néglige jamais, à l'avenir, les exercices de la Sixième Lettre et continue le travail sur toi-même quant à la formation de ton caractère car ils te permettront de modeler ton propre destin. Ne croie pas qu'après en avoir fini un — ou ceux de n'importe quelle série — tu seras libéré d'eux une fois pour toutes. En fait, sois constamment en garde contre une rechute ; sois le vigile de l'Esprit.

La charge de l'eau

Je te recommande, en plus des instructions précédentes, celle qui suit : un procédé efficace pour agir sur toi-même.

- Écris une phrase bien précise sous la forme d'une injonction, en grandes lettres bleues ou noires, sur un morceau de papier et penche celui-ci sur un verre à demi rempli d'eau.
- Place le verre au bord d'une table et assieds-toi devant celle-ci à une distance approximative de

136. *NdT. – Les Éléments actifs : le Feu et l'Air ; les Éléments passifs : l'Eau et la Terre. Il faut se rappeler, toutefois, que chaque Élément, qu'il soit actif ou passif, contient en lui une part de aspect opposé à sa polarité dominante.*

50 cm. La lumière doit tomber directement sur cette feuille.
- Entre alors dans la phase de concentration passive et immerge-toi complètement dans la formulation et le sens de cette phrase.
- Lorsque tu seras devenu totalement un avec cette idée, regarde le verre et visualise intensément que l'esprit inhérent à cette injonction est entraîné vers l'eau.
- Lève-toi alors et charge l'eau encore une fois en prenant dans ta main gauche le verre, les doigts de la main droite sur ce dernier afin de laisser cette pensée s'écouler dans l'eau.
- Fais cela avec la force de la volonté. Tu es en train de faire une charge spirituelle de l'eau et celui qui est psychiquement sensible remarquera clairement le changement réel du liquide dont le goût différent est une preuve de ce travail. Les pensées sont des choses subtiles de nature électromagnétique...
- Une fois cette charge terminée, bois l'eau lentement en gardant les yeux fermés.

Réflexion faite, notre vie entière est *un pèlerinage* du « moi » inférieur vers le « Moi » Supérieur. Celui qui veut changer la chenille en un papillon doit d'abord se familiariser, d'un point de vue spirituel, avec la pensée du vol. Les ailes grandissent par l'aspiration. La devise suivante domine ce Niveau :

« Tu es moi-même ! »



NIVEAU N° 6 :
« TU ES MOI-MÊME ! »[137]

Tous les exercices se rapportant à cette idée s'articulent autour de ce point focal qu'est cette phrase. Seront d'une extrême importance au cours de cette Étape :

- la transformation complète de ta conception habituelle du Temps et de l'Espace ;
- la séparation méthodique de ce qui est généralement pensé à ce sujet ;
- l'émergence d'une Conscience du « Moi » plus vaste et englobante.

EXERCICE POUR DÉVELOPPER LE SENTIMENT D'ÊTRE PARTOUT ◀

Immerge-toi tour à tour dans les concepts suivants :

A – La base d'une montagne
B – Une vague de l'océan
C – Un nuage
D – Le ciel étoilé

En faisant cela, tu dois avoir un sentiment subjectif et non objectif de sorte que mentalement tu deviennes ce que chacun d'eux représente. Procède comme suit :

A – La base d'une montagne. Debout, les yeux fermés, garde les pieds écartés comme si tu voulais les ancrer ou les enraciner dans la terre. Reste immobile et, aussi intensément que possible, visualise que tu es cette montagne, tes jambes en étant la base. Les forêts grandissent sur toi. Tu es traversé par des veines d'eau ; le rugissement de la vie bat en toi. Tu ne fais

137. *NdT. Pour une meilleure clarté du texte, nous avons changé la présentation des exercices mais pas leur contenu, bien entendu !*

qu'un avec la Terre. Tu es une partie d'elle et tu sens ses plaisirs et ses douleurs : le soleil rayonnant, la tempête faisant rage, même chaque douleur est un plaisir, parce que c'est la vie !

B – Une vague de l'océan. Procède selon les instructions précédentes. Immerge-toi dans les mots « vague de l'océan » et dans ce qu'ils représentent. Participe au déferlement et au gonflement du flux infini de l'eau autour du globe, indépendant et dégagé du sol, glissant sans cesse et en toute liberté. Sois toi-même la vague, sens-toi comme étant la vague !

C – Un nuage. Suis les instructions précédentes ; toutefois, fais cet exercice assis dans la position de l'exercice de concentration. Immerge-toi dans le nuage en visualisant que tu flottes librement haut au-dessus de la Terre, des gorges et des ravins. Regarde la Terre, loin en-dessous de toi, dans sa forme sphérique. Différencie le bleu des océans des forêts vertes et des lignes de neige blanche des glaciers. Regarde les fils argentés des rivières. Regarde au-dessus de toi et vois le soleil éternel dans un inépuisable éclat.

D – Le ciel étoilé. C'est l'exercice le plus difficile de ce chapitre. La meilleure façon de l'aborder est d'adopter une position de repos, le moment le plus propice étant le soir avant de t'endormir, lorsque tout est calme et que tu es probablement sur un divan ou au lit. Immerge-toi alors dans ce concept : visualise que les limites de ta peau sont les limites du firmament. Tu es toi-même le ciel étoilé avec tout ce qu'il contient. Les soleils et les planètes, les lunes et les comètes tournoient en toi. Ils le font dans un ordre majestueux et tranquille. De même que le sang coule dans ton corps, de même des courants emplis d'énergie de Vie circulent au sein du Cosmos. Et tout comme l'étincelle de tes pensées est présente, aussi rapide que la foudre, dans ton bras, dans ta tête ou dans ta jambe,

sois également présent partout où tu veux être dans le Cosmos. « *Tu es partout où tu veux être* ».

Quand cet exercice est fait correctement, il engendre un sentiment de tranquillité sûre et parfaite, au-delà de toute comparaison. Le moindre malaise indique que tu as fait une erreur quelque part et que tu dois recommencer à un autre moment. L'exercice suivant sert ce but.

Exercice sur l'Infini

En position de repos, concentre-toi sur un point brillant ou un rayon lumineux, par exemple sur un rayon de soleil qui tombe par l'ouverture d'un rideau ou bien sur le rayon lumineux d'une lampe que tu dois isoler par des moyens adéquats. Regarde-le jusqu'à ce que l'image rémanente dans ta tête soit aussi claire que l'original. Pour reproduire et contrôler cette image mentale, il suffit de reposer tes yeux en détournant brusquement ceux-ci d'elle et en regardant au loin, vers un endroit sombre ; change ensuite de position et rappelle l'image dans ton mental jusqu'à la fondre, pour l'effacer, dans la visualisation de l'espace infini. L'exercice suivant est particulièrement important.

Exercice du Miroir Supérieur ◄

Apprends à considérer toute ta vie extérieure comme étant le reflet de ta vie intérieure. Tout ce que tu rencontres, tout ce qui t'arrive ou survient dans ton existence, est la réponse à ton état intérieur, à l'ouverture intérieure que, pour ta part, tu as commencé à montrer envers les choses de l'Esprit. Ni « bien » ni « mal » ne te sont imposés arbitrairement par un pouvoir extérieur à toi-même et d'humeur changeante.

C'est toi-même, ton plus haut « Moi », qui t'envoie ces situations pour que tu puisses apprendre d'elles la cause de leur présence. Ainsi, les autres personnes et les choses sont-elles le canal de messages voilés que tu dois comprendre pour recevoir leur bénédiction. La personne en tant que telle ne signifie rien mais ce qu'elle te transmet signifie tout. Une fois que tu comprends cela et le fais tien, cette personne sera retirée de ta vie et disparaîtra. Chaque expérience est l'extériorisation de l'état de ton développement intérieur. Même « l'immaturité » relève de cette ouverture intérieure mentionnée ; elle fait appel à la Divine Providence pour aller vers la Connaissance. Dès que tu changes, dès que ta façon de voir les choses change, ton environnement prend une apparence différente. Alors, inconsciemment, tu appelles un renouveau et celui-ci croisera donc ton chemin.

Le fruit de tes pensées : analyse des événements de la vie

Le fruit de tes pensées est un des sujets des plus importants que tu dois connaître. Les pensées que tu émets sont un capital d'énergie que tu investis. Elles sont des formes *estampillées* et pleines de vie qui se développent. Elles sont des organismes auxquels tu donnes l'indépendance dès lors que tu les émets afin que ceux-ci puissent travailler dans le Royaume des Causes en ta faveur ou à ton encontre. Du fait qu'elles soient des systèmes chargés d'énergie électromagnétique, elles attirent des éléments identiques à leur nature et ce, avec autant plus de force qu'elles sont chargées d'énergie mentale ; enfin, lorsqu'elles ont accompli leur tâche, elles t'apportent, tel un « boomerang », soit des bénédictions soit de la destruction. Ce retour survient au cours de périodes numérologi-

ques particulières où le Nombre « Un », le Nombre « Sept » ainsi que leurs multiples ont une importance particulière. Réfléchis encore et encore sur les pensées, les intentions ou les actions par lesquelles tu as engendré ce que tu vis maintenant, que tu t'es envoyé à toi-même à un moment donné, car ceci est le reflet de ce que tu t'es, pour ainsi dire, infligé.

Analyse les personnes et les situations que tu rencontres en te posant cette question : en quoi tout cela me reflète-t-il ? Reconnais-toi dans autrui et ce, d'un point de vue plus élevé.

Cette réflexion particulière commence déjà par ton environnement immédiat, par les personnes et les choses proches de toi. Demande-toi, en ce qui concerne ton propre conjoint, tes amis, tes connaissances, etc., pourquoi, pourquoi justement ont-ils croisé ton chemin ? Reconnais que le sens de ta vie extérieure est dirigé par ta propre vie intérieure d'une nature très élevée !

Respecte et prête attention même à l'événement le plus infime. Ne croie pas qu'il y ait des choses dans ce monde qui soient sans importance et sans signification. Tout est un outil, tout correspond à quelque chose.

Dans cette analyse de ces situations et de ces faits, inclue aussi le symbolisme des rêves que tu connais bien maintenant et qui est un élément essentiel. Il te donnera l'information la plus importante parce que sans lui tu ne seras pas capable de comprendre vraiment et profondément quelles intentions agissent à présent. Là sont cachées des clefs et l'usage adroit de celles-ci doit devenir une habitude. Afin de bien reconnaître — et de manière approfondie — la Grande Unité reflétée à l'extérieur de toi-même, même à l'échelle la plus petite, pratique l'exercice suivant pendant au moins quelques semaines.

Exercice sur les actes de la vie quotidienne : « Aide-toi toi-même » ◄

Cela signifie : fais toi-même tout le travail dont dépend ta vie quotidienne. Fais ton lit, nettoie et aère ta chambre à coucher, lave tous les plats que tu as salis. Balaie, nettoie et époussette. Et pour autant que tes autres devoirs (professionnels) le permettent, contribue à la préparation des repas, épluche les pommes de terre, lave les légumes, fais les courses. De plus, mets la table, débarrasse celle-ci, lave ou essuie — en participant à cette tâche — la vaisselle. Bien sûr, tout cela doit être fait dans la mesure de tes possibilités et dans les limites de tes obligations spécifiques d'ordre personnel.

Tu ne dois pas donner d'amples explications à autrui quant à tes activités. Cantonne-toi à des réponses d'ordre général. Tu trouveras les mots qui cachent la nature plus profonde de ce travail sans être en conflit avec la vérité. Le travail manuel, mécanique, n'est pas important en soi mais plutôt la façon dont tu le fais.

Tu dois faire cela avec bonne humeur, un cœur dévoué et heureux. Ceci est impératif ; ce ne peut être autrement. Exerce un contrôle particulièrement aigu sur tes pensées. Ne permets jamais à quelque sentiment de fatigue, d'ennui et de critique de provoquer l'abandon de cet exercice. Garde ceci en mémoire : toutes les choses visibles avec lesquelles tu entres en contact sont le corps de Dieu, Sa manifestation perceptible, Son vêtement extérieur. Si tu aimes Dieu, tu dois aussi aimer toutes ces choses, tu dois aimer le Créateur en aimant Sa Création. Remplis ton cœur de ce sentiment, un sentiment d'amour sacré, un amour qui ne se rapporte pas à un objet en tant que tel, mais à la Puissance Infinie et à l'Énergie Cosmique qui se tiennent derrière lui, un amour qui est au-dessus de toute chose.

Comme preuve de ce que tu as bien atteint ce Niveau et que tu as remplacé ta relation avec le « moi » inférieur par celle qui a trait au « Moi » Supérieur, fais l'exercice suivant au moins une fois pendant ce Cours.

Exercice de détachement ◄

Détache-toi de quelque chose que tu aimais beaucoup tout au long des Niveaux précédents et qui avait de la valeur pour toi, comme de l'argent ou un objet ayant quelque valeur monétaire, des richesses particulières, tels des œuvres d'art, des bijoux, etc. Fais don de cet objet avec une intention bonne, charitable. Fais cela avec plaisir, avec une renonciation intérieure absolue. Rappelle-toi toujours que les mots « *car tout est à vous* »[138] s'applique aussi à toi. Comment celui qui possède tout peut-il être attaché à un simple objet au point de ne pouvoir s'en séparer ?

Quand tu feras cette offrande, fais-la calmement et, si possible, de façon inaperçue. « L'Ange chargé du Registre », à qui rien n'est caché, voit les recoins les plus secrets de ton être. Il voit la pureté de ta volonté. Il est, comme dans tout ce qui existe, en toi aussi. Rappelle-toi les mots du poète Schiller[139] :

« *N'attache pas ton cœur aux biens*
Qui ornent passagèrement la vie
Que ceux qui possèdent, apprennent à perdre ;
Que ceux qui sont dans le bonheur,
apprennent la souffrance ! »

138. *NdT. – Corinthiens 3 :20-22 : Trad. Louis Segond.*

139. *NdT.* – „Nicht an die Güter hänge dein Herz, Die das Leben vergänglich zieren ! Wer besitzt, der lerne verlieren, Wer im Glück ist, der lerne den Schmerz" — *Extrait d'une tragédie de Friedrich Von SCHILLER : „Braut von Messina" [La fiancée de Messine – Le premier chœur (Gaétan)] – trad. française de M. Adolphe RÉGNIER – Hachette 1883.*

Apprends à perdre, apprends la douleur ! Tu seras récompensé mille fois dans le Royaume Intérieur...

Quand tu feras le sacrifice qui vient de t'être demandé au bénéfice d'une personne nécessiteuse, pense que celle-ci est, en fin de compte, toi-même. Tu te fais le présent que tu es en train de donner. Dans le sens le plus élevé, tu ne le perds pas, pas une seule fois. Il reste dans le cercle de la Grande Unité qui entoure cette personne et toi-même. Que celui qui reçoit soit aussi bien informé que toi des secrets de l'Esprit n'a pas d'importance. Tout dépend de ton attitude et de la façon dont tu agis.

L'exercice du Miroir Supérieur qui se déroule tel un fil rouge tout au long de ce Niveau, dirige toujours ton attention sur le suivant.

Exercice sur l'énergie des Lettres : le Secret des Noms ◄

Tu sais maintenant que le nom donné à un objet n'est, en aucun cas, « une coïncidence » ; il est lié de façon très particulière à la nature profonde de celui-ci. Tu as eu des occasions suffisantes pour en constater, par l'étude des voyelles et de nombreux verbes d'action, l'illustration patente.

Apprends à présent à appliquer cela aux êtres humains. Sache que le nom que l'on donne à une personne n'est pas du tout sans importance et dépourvu de lien avec son développement spirituel ultérieur. Il est, pour ainsi dire, le sceau qui est apposé sur elle peu de temps après sa naissance[140]. C'est une énergie

140. *NdT. – Il faut inclure dans ce G. LOMER appelle « nom », le nom de famille — qui participe du karma familial — mais aussi et surtout le « prénom » lequel est donné à la naissance, comme le dit le texte, et qui appartient bien à l'individu.*

en formation qui affecte, en conséquence, sa nature future. Le nom est le destin !

Comme exercice préliminaire, essaie de comprendre, du point de vue intérieur, les noms de certaines choses, tels que « arbre », « âme », « abîme », ou de certains concepts comme « amour », « haine », « pitié » et « omnipotence ». Sers-toi des centaines d'occasions qui s'offrent à toi chaque jour pour poursuivre ce genre de considération, surtout s'il s'agit de mots qui, pour une raison ou pour une autre, laissent sur toi une impression particulièrement profonde pendant la journée. Essaie, au fond de toi, de les comprendre de façon analytique ; essaie de saisir les énergies agissantes en eux ; essaie de les appréhender eux-mêmes en tant qu'énergies. Continue alors avec les noms des personnes avec lesquelles tu es en contact, d'une façon ou d'une autre.

A – La Magie des Noms. Rappelle-toi toujours que le nom d'un individu est une empreinte qui lui est conférée peu de temps après sa naissance, d'une manière apparemment arbitraire. Même la recherche et la découverte du vrai nom effectuées par les parents sont conformes à des lois spirituelles immuables. La volonté des parents n'est en aucun cas aussi libre que ceux-ci le supposent habituellement ; cependant, ils doivent toujours être conscients qu'avec ce droit de donner un prénom à leurs enfants, ils exercent une pression déterminante sur le destin de ces derniers et la responsabilité de cet acte n'est pas infime. Bien qu'ils ne soient que les médiateurs d'une volonté plus élevée, ils sont obligés — conformément aux charges incombant à tout intermédiaire — d'agir selon leur connaissance et leur conscience s'ils ne veulent pas violer ces devoirs.

Un nom propre est comme un vêtement bien ajusté qui s'adapte au cours du temps et qui, plus longtemps il est porté, mieux il convient. Un être humain grandit, pour ainsi dire, dans son nom et béni est celui qui comprend le sens le plus profond de son nom et le fait sien.[141]

Cela avait une profonde signification autrefois, lorsque le vainqueur d'un ennemi puissant prenait le nom de ce dernier ainsi que ses armes. Il est, en fait, d'une importance absolue que le dernier descendant d'une famille éteinte transfère son nom — afin de le préserver — à un enfant adopté. C'est un usage fréquent en Amérique du Nord d'inclure, en sus des prénoms, le nom de quelque personne bien connue comme Washington, Luther, etc. L'enfant reçoit par cette adjonction une tendance liée à son développement intérieur qu'il ne posséderait pas autrement. Beaucoup de personnes qui ont immigré en Allemagne ont donné à leurs enfants d'anciens noms allemands tels que Siegfried, Sigurd, Sigrid, etc. Ce n'est certainement pas un geste insignifiant, comme beaucoup le supposent, mais une tentative délibérée, inconsciente de la plupart de ceux qui le font, d'attirer les énergies secrètes de ces noms afin d'obtenir une meilleure assimilation à cette Nation ou bien de conquérir leur propre place. Ce n'est pas par coïncidence que de tels noms sont ainsi préférés car ils contiennent la syllabe bénéfique « *Sieg* », qui signifie « *Victoire* ».

Un nom n'est pas « bruit et fumée » dès que tu le comprends de ce point de vue spirituel et que tu considères les racines profondes qu'il enfouit dans le noyau du caractère humain. Il est donc absolument significatif que ceux qui suivent une formation spécifique de nature spirituelle adoptent — à un certain degré de leur développement intérieur — un nom particulier qui indique bien leurs activités futures et

141. *NdT. – Il faut toujours penser au prénom, ajouté au nom de famille, mais surtout au prénom qui est vraiment une marque individuelle.*

dont l'usage ne sera destiné qu'à un cercle restreint de frères ayant atteint le même niveau. Même toi, mon élève et mon ami, tu devras prendre un tel nom à la fin de ce Cours. Réfléchis dès maintenant sur celui par lequel tu voudras être connu à la fin du Septième Niveau.

Après avoir sérieusement réfléchi à tout cela, dirige ton attention, comme cela a été précisé, sur les personnes avec lesquelles tu es fréquemment en contact. Observe celles-ci extérieurement et ensuite intérieurement. Quel genre de symboles apparaît en liaison avec elles sur ton horizon intérieur ? Des groupes particuliers de gens ? Des animaux ? Des répétitions particulières, des injonctions, des avertissements ? Pourquoi sont-elles représentées par ces sortes de symboles spécifiques ? Qu'ont-ils à te dire ?

Le Macrocosme te délivre un message[142]. Il te parle de cette manière et il parle avec une particulière insistance, sinon — et de cela tu peux être sûr — il ne t'enverrait pas ces noms.

Ceci est également un bon exercice pour découvrir les caractéristiques communes qui te lient à des individus qui partagent avec toi le même prénom. Examine, par exemple, tous ceux que tu connais et qui portent le prénom « Henri », « Jean », « Georges », etc. et ce qu'ils ont en commun avec toi. Sois certain de ce que ces caractéristiques communes existent. Le même sceau détermine aussi les mêmes tendances relatives au développement intérieur. Aiguise ta vue psychologique et tu les trouveras. Ces caractéristiques sont souvent non seulement d'ordre interne ou liées au caractère, mais elles s'expriment aussi clairement dans le monde extérieur quant au comportement, aux particularités faciales et à l'attitude de la personne en question.

142. *NdT. – Le Macrocosme : l'Univers et ses Lois, c'est à Dieu dans Son Expression.*

B – Noms parfaits et noms imparfaits. Examine le nom des autres en ce qui concerne le degré de perfection qu'ils portent en eux ; la perfection, dans son essence, dépend des voyelles. Un nom vraiment parfait doit contenir l'ensemble des cinq voyelles, même si celles–ci se trouvent dans le nom de famille réuni au prénom. Plus un nom[143] contient ces idéaux, plus il est parfait ; bien sûr, les noms de cette sorte sont très rares et celui qui les porte a les capacités les plus grandes pour monter, tout seul, à un haut degré de perfection intérieure sans que n'intervienne quelque aide extérieure.

En règle générale, tu trouveras dans ce genre de personnes un haut degré d'harmonie émotionnelle et un bonheur intérieur apaisant ou au moins les signes naissants d'une prédisposition à cette harmonie intérieure.

Toutefois, plus une des cinq voyelles manque dans un nom, plus la personne qui porte celui-ci nécessite l'aide d'autrui et un achèvement à travers d'autres individus afin de réaliser son développement intérieur. Et la bénédiction de cet effort coopératif dépend de nouveau du degré de complémentarité réciproque des noms des personnes en présence.

Si ton nom ne contient que les voyelles « E » et « I », les voyelles « A », « O » et « U » doivent être fournies par le nom d'un autre afin de compléter le tien. Si ce n'est pas le cas et que tu n'aies qu'un « A », un « O » ou un « U », ou deux de ces voyelles, alors le complément n'est pas total et tu ne réaliseras donc pas la Perfection Spirituelle, ou tu n'atteindras celle-ci que dans des circonstances très difficiles.

143. *NdT. – Nom : l'ensemble formé du nom de famille et du prénom.*

C'est une des grandes lois. Examine-la et applique-la en t'interrogeant sur ton mariage, tes amitiés, tes parents et tes relations professionnelles ou autres. Tu feras les découvertes les plus étranges et les plus surprenantes. Ne sois pas découragé par le caractère particulier de ce procédé et par le fait de ne pas bien le connaître.

Au début, la plupart des vérités les plus profondes paraissent étranges aux êtres humains. Tu peux, de cette manière et sans beaucoup de difficulté, atteindre une perspicacité inattendue qui s'appliquera à la chance ou aux malheurs des mariages, l'harmonie ou le désaccord entre tes amis.

D'un nouveau point de vue qui ne te trompera pas, tu pourras évaluer tes rapports professionnels et tes relations avec tes collègues de travail. De temps en temps, tu verras qu'une voyelle manquante dans un nom est fournie par la naissance d'un enfant, laquelle est instinctivement perçue comme une nécessité et ajoutée par les parents au prénom de l'enfant. Et c'est ce dernier qui assure alors la consolidation du couple qui était sur le point de se briser en lui donnant un nouveau départ.

Mais tu pourras trouver aussi le contraire : si une femme possède dans son nom les mêmes voyelles que celles qui composent le nom de son mari, alors ce mariage ne durera que très rarement car les mêmes polarités se repoussent. Il en est de même pour tous les liens étroits qui s'établissent entre les êtres.

Observe donc les conditions et les circonstances sous-tendant ces rapports (professionnelles, politiques, efforts de coopération, de collaboration, etc.).

Examine aussi les rapports réciproques entre des pays différents. Peut-être parviendras-tu à la conclusion que l'Europe[144] est une unité indissociable qui ne peut pas être blessée impunément ; peut-être te rendras-tu compte qu'elle est un organisme placé sous le signe de la Croix[145], dont l'Allemagne est un membre aussi indispensable qu'un autre pays[146].

Par conséquent, laisse-moi répéter : chaque être humain, en une vie donnée, est une incarnation unique du Verbe Céleste et peut trouver sa propre Origine et prendre conscience de lui-même en s'immergeant dans son « Moi Intérieur » et en considérant les milliers d'images du monde extérieur comme ce qu'elles sont et ce qu'elles veulent être : des mirages, des miroirs de situations et de processus intérieurs, un monde d'images avec lequel tu es confronté et auquel tu peux comparer tout ce qui existe dans le but unique de te connaître, de bien te connaître toi-même. Un proverbe indien dit : « *L'Univers existe seulement autour de ton Âme* ». Cela doit être compris dans son sens véritable.

Exercice d'Éveil durant la vie pour affronter la mort : le destin des décédés

Dès que tu as atteint le niveau de Connaissance le plus élevé[147] dans ta présente incarnation[148], tout l'environnement illusoire disparaît autour de toi, l'écoulement des images transmises par les sens cesse, le jour illusoire qui t'entoure s'éteint et tu es laissé seul avec la quintessence de ta vie. Si tu as considéré la fantasmagorie des abondantes formations externes[149]

144. *NdT. – Europe est une héroïne de la Mythologie grecque, l'une des trois mille Océanides enlevée par Zeus qui avait pris, pour la séduire, la forme d'un taureau. Pourquoi son nom a-t-il été donné à un territoire ? Le mystère n'a pas été percé. Dès la fin du VIIe s. av. J.-C., ce nom est donné à une partie de la Grèce continentale ; puis il en arrive à désigner, dans la mesure des connaissances géographiques d'alors, l'ensemble de la péninsule rattachée à l'Asie, Hérodote en fixant la limite orientale au Tanaïs (le fleuve actuel russe dénommé « Don »). Aujourd'hui, l'Europe s'étend jusqu'à l'Oural. Il s'agit là, toutefois, d'une définition arbitraire, les limites entre l'Europe et l'Asie n'étant pas tranchées par une frontière géographique incontestable.*

145. *NdT. – Du point de vue historique : de religion chrétienne.*

146. *NdT. – La première édition de l'ouvrage date de 1930.*

comme véritable, si tu n'as pas reconnu l'illusion dans l'existence et que tu aies pris l'image seulement comme un symbole mais sans en saisir la signification, alors tu n'es pas assez mûr pour le Grand Réveil qui se présente à toi[150] à la fin de ton parcours dans le royaume des possibilités humaines.

Tu restes plus ou moins un élève obéissant qui est envoyé dans la même classe à maintes reprises[151] avant de comprendre que tout ce qui le poursuit, qui l'effraie ou le rend heureux, conformément aux graines qu'il a semées[152], ne sont que des images ; ce sont des images avec lesquelles son Âme non éveillée[153] s'entoure avant que le temps ne soit venu pour elle de s'incarner de nouveau.

147. *NdT. – Le plus haut niveau de Connaissance* ***possible*** *pour chacun de nous et non pas, évidemment, l'état d'Adepte...*
Ce niveau diffère, en conséquence, d'une personne à une autre et il n'est généralement pas perçu consciemment par celui qui vit encore sur Terre ; c'est l'Âme (Atma-Bouddhi-Manas), la Trinité Divine en l'homme, qui « sait » et qui retire la Vie dès que :
1 *– le but spirituel prévu à la naissance a été atteint ;*
2 *– si celui-ci ne peut l'être en raison de l'attitude rétive de la personnalité (l'individu conscient incarné) à tout progrès dans ce sens.*

148. *NdT. – Donc, « dès que tu meurs ». Toutes les expériences décrites dans ce paragraphe concernent l'état post mortem.*

149. *NdT. – Formations externes : tout ce qui a une forme, donc tout ce qui est, les êtres et les choses, la nature et tous ses règnes, etc.*

150. *NdT. – À un moment donné, après le décès, c'est-à-dire au cours de la période qui s'écoule entre la cessation de la respiration dite « externe » (qui scelle « la mort du corps physique ») et la cessation de la conscience (période qui dure entre quelques heures, voire un jour) une sorte de respiration, dite « interne », fonctionne et l'individu (conscient donc, mais dans son double éthérique lié encore au corps astral et au corps mental) traverse quatre états de conscience : c'est pendant le quatrième que se fait brusquement une sorte de « rupture » entre la conscience ordinaire, enchaînée dans les brumes des formes, et la Réalité de l'Esprit ; cet état est appelé* ***« la Quatrième Lumière »*** *ou* ***« Claire Lumière »*** *dans « Le Bardö Todol », « Le Livre des Morts Tibétain » ; si la conscience ordinaire (c'est-à-dire nous) la reconnaît comme Telle et s'unit à Elle, la libération de la nécessité de revenir et de renaître dans une forme quelconque (donc sur Terre aussi) disparaît. Cette expérience se présente aussi bien à l'être humain le plus primitif comme au disciple très développé. C'est à cette quatrième phase de conscience que fait allusion G. LOMER en parlant du « Grand Réveil ». Toutefois, il est très difficile, à ce moment là, de s'accrocher à cette Clarté car la conscience est très vite entraînée dans le tourbillon de la substance élémentale qui constitue ses véhicules subtils et qui nécessairement la conditionne.*

151. *NdT. – Qui s'incarne donc de multiples fois.*

Ce n'est qu'en étant déjà éveillé ici, pendant la vie terrestre[154], que tu peux t'éveiller aussi du rêve tissé d'illusions qu'on appelle « le monde »[155]. En effet, plus tu restes éveillé ici-bas, plus le grand mirage te quittera et tu apprendras à le voir constamment, face à face[156], avec une plus grande clarté. Le moment de la mort ne sera, pour toi, rien de plus qu'un saut facile d'une sphère brumeuse au Royaume de l'Harmonie Complète, tout comme les tempêtes de l'océan qui n'affectent que les eaux de surface mais n'attei-

152. *NdT. – Selon ce qu'il a pensé, senti et fait pendant sa vie terrestre. Le monde physique (où s'écoule une incarnation) est un « monde de causes » (à ne pas confondre avec l'Akasha appelé aussi « Monde des Causes » mais dans ce cas les majuscules éclairent la signification) dans le sens où les possibilités énergétiques sont « agissantes » et donc porteuses de fruits ; ceux-ci (les divers résultats de ces possibilités, les pensées, les émotions et les actes) se manifestent dans le monde astral appelé « monde d'effets » ; à ce Plan ci, l'être ne peut que subir ce qu'il a semé dans « le monde des causes », pendant sa vie terrestre ; sa seule action possible est d'ordre émotif et mental : ne pas s'effrayer de ce qui se présente (dans un premier temps car c'est l'aspect négatif qui est capté d'abord) à lui en pensant, en sachant que tout cela n'a pas de réalité en soi mais est le fruit de ses propres activités physiques, psychiques et mentales ; cette seule pensée devient un roc dans l'océan des vibrations astrales déchaînées.*

153. *NdT. – Le concept d'Âme « non éveillée » peut sembler étrange car on pense généralement que l'Âme (la Trinité Divine en nous) est* per se *éveillée, consciente, etc. Il n'en est rien : comme nous l'avons précisé dans d'autres notes, la Conscience de cette Trinité Divine se développe, elle s'acquiert en s'appropriant l'essence (vibration) des expériences positives, c'est-à-dire, conformes à la Réalité Divine Une et Quadruple à la fois (Volonté, Amour, Intelligence et Omniprésence), vécues au cours d'innombrables incarnations, les vibrations négatives (ignorance, haine, jalousie, envie, etc.) vécues et émises par sa projection sur Terre (la personnalité ou l'homme et la femme incarnés) n'étant absolument pas assimilables par elle ; ceci signifie qu'une vie où ces seules activités négatives ont été menées, ne laissent aucune trace sur le développement de la Trinité Divine de la personne concernée.*

154. *NdT. – Voir l'exercice si important donné dans la Lettre V,* ***« Exercice du Réveil Spirituel »****, qui consiste à regarder son environnement, ses amis et soi-même avec un regard neuf, comme celui qu'aurait un extraterrestre qui découvrirait notre monde : il écarquillerait les yeux et observerait tout dans les moindres détails, en n'ayant pas cette accoutumance des choses qui est la nôtre. Cet exercice, à l'apparence anodine, va très loin quant aux résultats sur la transmutation de la conscience.*

155. *NdT. – « Monde » : il s'agit ici de tout l'Univers Manifesté qui inclut donc aussi bien le Plan Physique que le Plan Astral où la conscience du décédé séjourne pendant quelques temps après la mort du corps physique.*

156. *NdT. – Face : allusion à « Kéther », la Sphère Kabbalistique appelée aussi le « Macroprosope » ou « la Grande Face », Source de l'Unique Lumière répandue dans tout l'Univers.*

gnent jamais les profondeurs silencieuses et sereines. Celui qui a développé ces profondeurs en lui, celui dont la conscience est descendue, ou plutôt est montée, vers ces profondeurs, est devenu trop grand pour que le touchent toute souffrance et tout ce qui est transitoire ; il est devenu l'Esprit Pur et est entré dans le Royaume de l'Abondance parce qu'il est le Tout et le Tout est en lui...

Par conséquent, mon ami, tiens compte du fait que tu t'es approché de ce But Glorieux. T'es-tu réconcilié avec ton destin, complètement et honnêtement ? As-tu reconnu le sens qu'il recèle ? Jusqu'où as-tu développé « l'Être humain Éternel » en toi dont le siège n'est jamais l'intellect des Sophistes mais la profondeur du cœur ?

La dévotion envers le Cœur de Dieu ◄

Tu as déjà noté l'importance du Centre du Cœur astral en ce qui concerne le lien durable avec l'Esprit existant en dehors de toi-même. À ce jour, tu as compris que Celui-ci a créé pour Lui d'autres Centres dans lesquels Il se reflète symboliquement, Centres qui sont des milliers de fois plus puissants que ton petit cœur d'humain. Par-dessus tout, le Centre qui est le plus proche de nous est le Soleil. De même que le battement de ton cœur conduit les courants vitaux à travers ton corps et maintient en vie le processus de la Manifestation sur le Plan Physique[157], de même le Soleil est un point focal cosmique qui conduit les gigantesques courants d'énergie électrique à travers les Sphères Planétaires. Le Soleil est le Cœur d'un corps céleste qui a un battement et un rythme comme le tien, un corps dans lequel les Planètes, avec tous leurs micro-organismes, sont incorporées, comme le sont les membres et les organes dans ton corps. Et laisse-nous le dire de nouveau : ton cœur est le centre d'une roue ou un point cardinal et tu es maintenu en vie par la Pensée de ce Centre Céleste. Quand commence la nuit, tu t'endors et entres sous la domination de la Lune et d'autres constellations alors que, pendant le jour, tu es submergé par l'influence supérieure du Soleil.

Tous cela ne s'applique qu'à ton corps physique mortel. Une fois que son temps a expiré, quand le temps imparti par l'Horloge s'est écoulé, le corps physique se décompose et contribue à la formation de nouveaux organismes. Toi, cependant, tu as commencé à former un nouveau corps immortel pour lequel le Soleil ne se couche pas. Tu as allumé en toi la Sublime Conscience à laquelle même la nuit ne peut nuire. Tu t'évertues à atteindre le Soleil Intérieur, Omniprésent et Cosmique[158], qui brille derrière et par-dessus tout les soleils physiques, « le Soleil » pour lequel le soleil dans notre firmament n'est pas plus qu'un Symbole.

Mais, comme tu le sais, les symboles ont une signification plus profonde. Ils doivent être les phares qui éclairent les lointains rivages où nous sommes nés. Dans le Royaume Spirituel, nous devons à nouveau trouver notre voie menant à ces lieux dont nous avons été si durement séparés par « la chute dans la matière »[159]. Laisse donc le Soleil être une image pour toi, un symbole du Cœur Sacré de Dieu qui s'offre jour après jour en sacrifice pour que nous puissions

157. *NdT. – Le soleil physique, l'astre solaire qui nous réchauffe chaque jour, canalise les énergies les plus denses (correspondant à notre Centre Coccygien, le Mûladhara Chakra) du Grand Être à Qui nous devons la Vie (notre Logos Solaire). Ce Centre dense maintient effectivement la vie au Plan Physique qui est tout notre Système Solaire visible. Lorsque l'on parle, cependant, du Soleil, en tant que Dieu Vivant — le fameux « **Sol Invictus** » (« **Soleil Invincible** ») des Anciens — ce n'est pas au disque solaire que l'on se réfère mais à notre Logos, à Dieu, et Celui-ci s'intègre dans le Centre du Cœur d'un plus Grand Être encore « dont rien ne peut être dit.... ». Georg Lomer fait tour à tour allusion à ces « deux » sens du mot « Soleil ».*

158. *NdT. – Il s'agit encore et toujours de la Trinité Divine en nous, notre vrai « Moi », notre Âme Authentique, « Atma-Bouddhi-Manas ».*

vivre, un Soleil qui distribue des courants de Feu sur les Mondes afin que ce que nous semons puisse mûrir et que nos cœurs puissent continuer de battre jusqu'à ce que ceux-ci soient exigés de nous au moment de la Grande Moisson[160].

Et ils ont aussi une autre raison d'être, ces grands et hauts Symboles Universels. En effet, tandis que nous nous unissons mentalement à eux, comme on dit, nous révérons et honorons en nous-mêmes ces Hauts Pouvoirs Célestes, ceux qui nous ont formés, ceux qui ont contribué à notre formation et ont entretenu la vie en nous.

Oui, et encore plus que cela : par ce lien, nous tirons à nous les énergies qu'ils représentent et nous les obligeons ainsi à s'unir encore plus à nous. L'axiome antique : « *Ce qui est En-Haut est comme ce qui est En-Bas* »[161] trouve en effet ici un champ d'expérience et son application. La pensée que nous dirigeons vers

159. *NdT. – « Chute dans la Matière » ou Première Chute à laquelle n'échappe aucune entité dans l'Univers puisqu'il s'agit pour elle de se séparer (illusoirement) de la Triade Divine Universelle et de commencer son grand voyage dans l'Univers à travers tous les Plans de plus en plus denses (dans la Matière, de la plus subtile à la plus dense), jusqu'à acquérir d'abord la conscience de « soi » en tant que petit « égo » individuel, « séparé », différent des autres êtres, puis la Conscience de « Soi », c'est-à-dire Conscience de la Trinité Divine en chaque être Qui a toujours été présente même pendant ces longues nuits de sommeil dans le cheminement au sein de la Matière.*

160. *NdT. – Une phrase lourde de sens : en effet, l'être qui a évolué au cours de cycles de temps innombrables à travers tous les Plans de l'Univers, remet — lorsqu'il revient vers Dieu en ayant conquis la Soi-Conscience Pleine et Infinie, (lorsqu'il va être absorbé par la Triade Divine Universelle) — le contenu de toutes ses richesse : son Cœur ; il est dit que l'on « rend le Cœur à Dieu puisque ce Cœur est devenu celui de Dieu » ; en termes plus techniques : l'Être, devenu Amour, se fond dans la Création qui est Amour aussi (la Création est « le Fils », donc l'expression de l'Aspect « Amour » de Dieu Manifesté). En fait, toute « l'Êtreté » d'un individu, se résume à son Cœur : quel est-il ? Vide ou plein ? Vide, l'individu ne conquiert pas l'Immortalité, plein, il devient Éternel. Ceci explique qu'en Égypte, après la mort, seul le cœur était pesé par le Dieu Thot pour connaître le sort post mortem du défunt.*

161. *NdT. – Il est d'usage de dire : « Ce qui est En-Haut est comme ce qui est En-Bas ». Toutefois, la référence de comparaison est « le bas », sous-entendu, « si voulez comprendre ce qu'est le Haut, considérez ce qu'est le Bas » ; mais « le Bas » procède « du Haut » et celui-ci est la seule référence possible ; par conséquent, si l'on veut traduire la pensée réelle de cette axiome, il faut écrire : « Ce qui est En-Bas est comme ce qui est En-Haut ».*

ces Régions Spirituelles est le câble[162] qui nous relie à ces Pouvoirs Supérieurs et nous rend inséparables d'elles ; elle fortifie ce lien en assainissant et en exaltant les courants spirituels en nous.

A – Invocation du Cœur de Dieu

- Fais face au soleil levant et applique ce qui suit dans l'ordre précisé.
- Mets-toi dans un état intérieur serein et tends tes bras sur le côté en visualisant que par ce geste tu imites le soleil cernant le monde entier.
- Dis alors ceci, lentement et avec ardeur :

  « *Enflamme-moi, Cœur ardent de Dieu ; trouve-moi, Feu rayonnant de Dieu. De même que Tu te lèves sur tout l'Univers, lève-Toi aussi en moi. Guéris-moi, Toi, le Sauveur, de ce qui est mortel ! Tiens-moi, Toi, le Très Saint, dans Ta Lumière. Brille dans mon cœur, Toi, Amour Éternel* ».

Toujours dans cette position, mais avec les yeux fermés — et seulement si tu en sens un profond désir — continue en faisant l'exercice suivant.

162. *NdT. – Ce n'est pas une simple image que donne ici G. Lomer. Il fait allusion à une réalité de l'anatomie occulte de l'être humain appelée en Orient «* ***Antahkarana*** *» et que Franz Bardon nomme «* ***matrice mentale*** *». Ce « câble » est, en une première définition, le lien énergétique qui unit le corps mental (formé des 4 subdivisions inférieures du Plan Mental) à la structure humaine inférieure à celui-ci, c'est-à-dire au corps astral (lequel est lié au corps physique via l'éthérique). Mais plus précisément,* ***elle est le rayonnement énergétique produit par l'activité*** *(l'émission de pensées)* ***du corps mental*** *(Kama Manas), rayonnement qui peut ce concevoir comme* ***un pont*** *dirigé (selon la nature des pensées) tantôt vers le Haut (la Vie de l'Esprit), tantôt vers le bas (vers les désirs du corps astral et du corps physique). Ce rayonnement (ce pont énergétique) émanant du corps mental, unit donc aussi bien ce corps au corps astral qu'à la partie mentale élevée de l'être (Haut Mental). On nomme habituellement « Antahkarana » la portion de ce pont unissant le corps mental au Haut Mental mais en réalité,* ***l'Antahkarana est le rayonnement dans son ensemble (vers le haut comme vers le bas) ainsi que l'activité, en soi, du corps mental.*** *Par conséquent, c'est bien, comme le précise G. Lomer, par une pensée constante orientée vers les Mondes Spirituels (et un émotion pure) que ce construit ce Chemin.*

B – La respiration solaire.

- Fais face au soleil de sorte qu'il éclaire directement ton visage en un rayon bien droit et, si possible, ta bouche entrouverte. Inhale, en de longs souffles lents, l'énergie solaire.
- Visualise avec la plus grande vigueur que tu t'unis à l'Âme glorifiée du Soleil[163], que tu attires celle-ci vers toi et qu'enfin tu l'absorbes. Laisse cette visualisation devenir, pour ainsi dire, palpable, au point que tu puisses la toucher. Comprends que l'Énergie Solaire devient une partie de toi-même, que l'Âme du Soleil s'écoule par les voies respiratoires dans le Centre de ton Cœur, qu'elle éveille ce dernier, qu'elle le calme totalement et que de là, elle s'étend dans tout ton corps ; sens qu'elle glisse, qu'elle se précipite même jusqu'aux bouts des doigts ; elle atteint tout ; même la cellule la plus petite de ton corps reçoit ce flux pénétrant.

Tu éprouveras des sentiments très particuliers, étranges et heureux. Ce faisant, c'est un courant inductif qui sera ainsi éveillé en toi. Oui, c'est même bien plus que cela : ce sont les Énergies Spirituelles qui se révéleront à toi grâce à cet exercice établissant un contact intérieur. Tu dois apprendre à avoir une compréhension intime[164] de tout cela afin que cette pratique puisse être pleinement efficace.

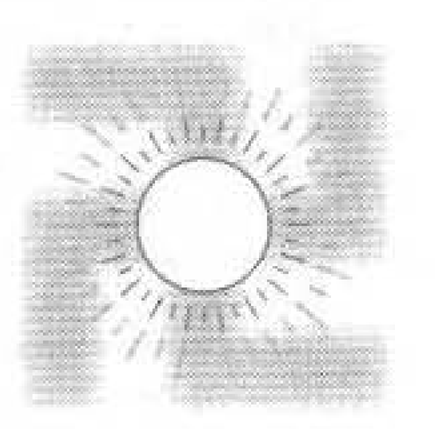
163. *NdT. – **Il faut ne pas penser que l'on absorbe l'énergie émanant du « disque solaire », du soleil physique** bien que ce dernier serve de relais par son rayonnement ; on doit penser à l'Être dont le reflet est ce soleil visible mais Qui est bien au-delà de cet astre, on doit penser à cet Être Qui est Esprit, notre Logos « Solaire »...*

164. *NdT. – Une compréhension qui ne soit pas le produit du mental concret (bas-mental) mais qui vienne directement d'une partie de notre Âme, de « Bouddhi », laquelle se manifeste « derrière » le Centre du Cœur et est perçue par notre conscience comme une « intuition », « une intime conviction »... Une telle compréhension est authentique et globale ; c'est la véritable compréhension.*

Lorsque tu auras fait suffisamment de progrès en faisant bien cet exercice, tu n'auras plus besoin de la présence du soleil visible pour atteindre ce même but. Rappelle-toi que n'importe quelle lumière du jour — peu importe en quelle quantité celle-ci est diffusée — émane du Soleil, que ce dernier soit visible ou non à tes yeux. Aborde maintenant la Méditation Solaire.

C – La Méditation Solaire.

- Prends ta position de méditation habituelle. Concentre-toi bien.
- Mets un peu de coton dans tes oreilles afin de te faciliter la tâche et plonge dans l'idée suivante : « *Le Cœur Solaire est en moi !* ».
- Visualise dans la région de ton cœur un Centre Solaire autour duquel tournoient les énergies de ton organisme. Vois ce Centre comme une roue, comme un Swastika[165] ardent tournant de façon continue[166] et connecté de manière permanente par une fine corde, semblable à un cordon ombilical, au Centre du Soleil, extérieur à toi-même.



- Médite sur la phrase : « *Cœur du Monde* ». Ressens comment ta conscience se dirige de plus en plus du « moi » étroit vers le vaste « Moi », comment les frontières de ton être s'étendent dans l'Univers et tu sentiras finalement en toi le battement et la pulsation du Soleil Céleste.

Le succès de cet exercice différera d'un jour à l'autre. Selon le degré de ta concentration, tu atteindras tôt ou tard ce but pour la première fois. Cependant, tu ne devras pratiquer cet exercice que le matin et non pas l'après-midi. Tu ne peux passer outre.

Rappelle-toi toujours, pour autant que tu sois concerné, que si le Soleil n'est jamais couché pour toi, tu dois allumer le Soleil en toi. C'est une allégorie, mais c'est plus que cela.

Exercice de projection mentale : le voyage mental

La Lumière brille sans contrainte au sein de Royaumes très éloignés, en apparence, de notre vue terrestre. Mais plus tu deviens Lumière, plus tu réalises que l'espace n'est pas ce qu'il a semblé être pendant

165. *NdT. – Mot sanscrit signifiant « de bon augure » (de « svasti » qui signifie « salut » dérivé de « su » (bien) et de « asti » (il est) ; l'ensemble signifiant : « qui conduit au bien-être ».) Afin de lever toute ambiguïté au sujet de ce Signe que les Nazis ont adopté au milieu du siècle dernier, citons Emile Burnouf, éminent sanskritiste :* « ...Ce signe (la croix à crochets) est précisément celui que l'on trace sur le front des jeunes Bouddhistes et qui était usité chez les Brahmanes de toute antiquité ; il porte le nom de Swastika, c'est-à-dire signe de salut... C'est ce même instrument (l'arani, instrument de bois d'où le feu se tire par le frottement) qui se trouve personnifié dans l'ancienne religion des Grecs sous la figure de Prométhée... à présent le Swastika se remarque sur une multitude de vases et d'objets antiques, de Rhodes, de Chypre, de Grèce... Quand Jésus eut été mis à mort... ce vieux symbole aryen lui fut aisément appliqué, et le Swastika, par des transformations successives, devint la croix hastée (qui a la forme d'un fer de lance) des chrétiens modernes. » *(Émile Burnouf,* la Science des religions, *IX). Notons que ce symbole est connu sous le nom de « croix gammée » en raison de la ressemblance entre chacun de ses bras et la lettre majuscule grecque gamma « Γ » ; cette appellation, remontant à la période byzantine primitive, n'a donc pas pour origine le parti national-socialiste allemand.*

166. *NdT. –* **Attention : pour faire cet exercice, il convient de bien faire tourner le Swastika dans le sens des aiguilles d'une montre, de gauche à droite**. *Dans la Tradition Bouddhiste, le Swastika* **dextrogyre** *absorbe automatiquement l'énergie de l'Univers, tandis que le Swastika, plus correctement appelé dans ce cas « Sauvastika », émet de l'énergie. Dans une appréhension plus ésotérique et ayant donc des effets concrets (magiques) :*

1 – le Swastika (dextrogyre) *est de nature* **Centripède** *(Retour de l'Univers en général et de la Conscience en particulier à l'Esprit) ; dans ce sens, donc, ce signe est bénéfique, positif car il représente le sens actuel de l'Évolution humaine ;*

2 – le Sauvastika (sinistrogyre) *est de nature* **Centrifuge** *(Matérialisation croissante de l'Univers afin d'apprendre et d'acquérir la soi-conscience) ; dans ce sens, donc, ce signe est contraire au Plan Divin actuel car nous avons dépassé le nadir de l'Évolution dans la Matière et nous remontons vers l'Esprit ; par conséquent, tracer et utiliser ce signe, seul, sans la présence de l'autre (le Swastika), revient à se couper de la Source, de l'Esprit.*

longtemps et qu'au contraire, il n'est que le symbole de ce qui est derrière lui, symbole qu'il est important de comprendre. Tu réalises de plus en plus que tu n'es plus soumis aux limites d'une pièce dès lors que tu ne les reconnais plus et qu'elles disparaissent réellement quand tu le veux. Si tu es devenu Lumière, si tu as créé ton Corps de Lumière, tous les Royaumes Divins du Père Céleste te seront ouverts et tu pourras les parcourir selon tes désirs, que ceux-ci se situent dans l'espace ou dans le mental ; oui, « la pensée » est aussi une création dans la forme qu'est l'espace même.

Continue les exercices relatifs au voyage mental. Sers-toi de la technique qui a été expliquée dans la Cinquième Lettre et progresse point par point. Une fois que tu t'es bien concentré, que tu t'es focalisé sur le but à atteindre, commence ta visualisation et reste dans le vide d'une attente silencieuse. Choisis comme but de voyage : un être humain et des objets de ton environnement immédiat et éloigné liés au cercle de tes connaissances et de ta vie professionnelle, de ta ville natale ou de pays lointains. Une représentation illustrée, peut-être une photographie, etc., d'une personne particulière sera fort utile ; place-la devant toi au début de l'exercice ou mets-la sur ton plexus solaire ; un petit objet que l'individu concerné a porté sur lui suffira. Cependant, tu n'es en aucun cas dépendant de ces procédés.

Le meilleur moment pour de telles tentatives est la nuit, après le coucher du soleil, particulièrement les heures proches minuit.

La question que tu peux te poser concernant la personne à visiter devrait être formée avec une grande précision afin qu'aucun doute ne puisse subsister quant à son sens.

Au cas où tu ne connaitrais pas personnellement l'individu sur lequel tu souhaites te concentrer ou si le

sujet de ton intérêt n'est pas une personne réelle, tu serais bien avisé de visualiser ta question écrite en grandes lettres de feu sur un fond velouté noir.

Prends garde à toutes les questions inutiles. Prends garde à toute pensée nuisible que tu pourrais envoyer à autrui. Rappelle-toi que la concentration communique une efficacité extraordinairement accrue à l'action de toute pensée. Dès que tu te trouves dans cet état exalté, tu endosses une très grande responsabilité. Dès la première pensée nuisible que tu laisses passer, tu quittes la chaîne fraternelle et vas au devant d'impitoyables représailles de la part de « l'Ange chargé du Registre »[167]. Si tu ne t'estimes pas assez fort ou assez mûr pour agir selon ce Niveau, alors ne fais aucun de ces exercices.

Dans tout les cas, tu ferais bien de commencer ces exercices par une concentration d'introduction sur ces mots : « *Mon cœur est plein d'amour pour tous les êtres humains* ! »

Poser une question à l'Univers ◂

Dès que tu auras une bonne pratique de ces exercices, tu observeras qu'il n'est plus nécessaire de t'adonner à des préparations pesantes comme tu l'as fait au début pour réaliser la concentration voulue. Tu seras finalement capable de créer cet état, à souhait, même parmi de nombreuses personnes, dans des restaurants, des réunions, etc. Le Père entend le Fils partout où Celui-ci est et Il Lui donne la réponse qu'il a sollicitée dans son cœur. Il parle à tous les êtres humains et répond à leurs milliers de questions inquiètes, humbles et amères mais la plupart d'entre eux n'ont pas appris à prêter attention à Ses réponses et à comprendre Sa langue. Surtout, ils ne savent même pas « qui » et « ce » qu'ils sont en réalité. Ils ont renoncé à leur droit royal qu'ils ont de naissance pour un brouet de lentilles, pour une prétendue « connaissance ».

167. *NdT. – Mise en activité de la Loi de Karma.*

Or, tu as avancé jusqu'à un certain point et que tu as gagné une certaine expérience, ce qui signifie que tu t'es suffisamment développé pour pouvoir acquérir la capacité de t'associer et de parler à ton « Moi » le plus élevé, à tout moment et sans préparation aucune. Si donc tu as besoin d'une réponse à une question sérieuse, demande sans crainte, demande avec l'assurance que tu peux la recevoir. Exerce ton droit de naissance le plus sûr et attends ; sois certain que tu recevras une réponse. Celle-ci te viendra sous la forme d'un symbole, (une personne, un animal, une situation, une expression), d'un éclaircissement très rapide intérieur, etc. ; elle sera toujours tout à fait claire et facile à comprendre, à condition, bien sûr, que tu te sois familiarisé avec les expressions de cette Langue Cosmique.

Jamais tu n'échoueras, jamais tu ne seras égaré, dès lors que tu soumettras toute ta vie extérieure à la direction d'une Volonté si Haute qui te parle et qui n'est, si tu le comprends bien, que ta propre volonté.

La Foi en tant que Puissance de la Volonté

Ce mécanisme spirituel mettant en jeu une question et une réponse œuvre avec d'autant plus de facilité et de rapidité que tu es ardemment convaincu de son efficience et que tu demeures toujours à l'écoute. La réponse que tu recevras, différera, bien sûr, totalement de celle que tu attendais ; elle arrivera même lorsqu'elle ne sera pas crédible ; elle arrivera selon l'action d'une Loi Divine infaillible régissant la Na-

ture. La foi est la forme la plus haute et la plus fine de la volonté humaine ; elle canalise, pour ainsi dire, le flux des énergies cosmiques contenant la réponse dans une voie.

Celui qui croit en la Justice et en la Bonté veut avoir ces Pouvoirs Cosmiques élevés, cette volonté plus haute, au plus profond de lui-même.

Celui qui ne croit pas en cela n'en veut pas, peut-être même s'abuse-t-il lui-même avec toutes sortes de sophismes quant au motif réel de sa non-croyance.

De nos jours, de nombreuses personnes ne croient plus en elles-mêmes, du moins dans le sens qui est ici le nôtre, parce qu'elles ne se sont pas encore trouvées ou ont été vaincues par les tromperies émises par les Forces de Destruction ; celles-ci ont raconté aux vastes masses de grands mensonges, en faisant croire et en démontrant, à l'aide d'une Science superficielle et ennuyeuse, qu'un être humain est « seulement un animal » et qu'il est donc inutile de prendre en considération et de satisfaire n'importe quels besoins s'étendent au-delà de cet état.

Les peuples des nations du monde ont été soumis à cette rhétorique et ont fini par le croire, devenant ainsi des objets facilement influencés par une politique aux motifs orientés.

Seul un être humain éveillé, c'est-à-dire seul celui qui a compris qu'il est lui-même l'incarnation du VERBE est en réalité capable d'une foi authentique, au sens le plus haut et le plus sacré.

Personne ne peut voir la Lumière s'il ne l'a pas développée en lui. Et personne ne peut l'imaginer s'il n'a pas été appelé.

Dans la période où nous vivons actuellement, beaucoup sont appelés...

A – Explications. La Haute Lumière Créatrice, qui s'est solidifiée en formes visibles, commence son pèlerinage autour de la Sphère Terrestre, pour rassembler, dans une chaîne de rêves appelée également « la vie », les expériences personnelles et pour accomplir des tâches particulières. Dès que le rêveur s'éveille et comprend ce mirage, il amorce ainsi son retour à Dieu. Dès ce moment et dorénavant, toute forme n'est pour lui qu'une simple illusion et elle ne peut plus exercer sur lui son emprise. Et de même que le Soleil voyage et brille au-dessus du « bon » et du « mauvais », de même, toi aussi mon ami, tu voyages quand tu as atteint la Connaissance et que tu as changé ton environnement et ton vêtement ; ce périple est le symbole de ton « Moi » indestructible qui reste le même, quelle que soit la forme dont il se revête. Ce pèlerinage qu'est ta vie aboutira à une allégorie visible.

B – Application. Revêts les vêtements les moins attrayants que tu possèdes et engage-toi dans une activité qui, si possible, diffère de la tienne. Si tu travailles dans un bureau ou si tu accomplis une tâche intellectuelle, trouve donc un travail — à l'aide de quelqu'un de ta région ou bien d'ailleurs — qui soit un dur labeur agricole, un travail de jardinage ou de construction et qui ne corresponde pas à tes capacités. Si tu n'es pas disponible pour cela, alors fais-le pendant tes vacances ou tout autre temps libre, pourvu que ce travail soit différent de tout ce que tu assumes habituellement.

Pendant le temps dédié à cette nouvelle tâche, essaie d'entrer en contact avec des personnes qui exercent uen autre profession que la tienne et fais en sorte de t'intégrer parfaitement à leur environnement. Garde le silence sur tes motifs les plus pro-

fonds. Partage leurs soucis, leurs vœux et leurs goûts. Agis avec réserve en ayant cette pensée : Dieu a aussi créé ces gens, pour qu'ils puissent travailler et vivre leur vie ; ils sont, comme toi-même, des parties précieuses du Corps de Dieu.

Tu as toute liberté d'action quant à la mise en œuvre la plus détaillée de ce pèlerinage que tu peux organiser selon tes propres obligations. Le commerce, l'agriculture, l'industrie, t'offriront de nombreuses possibilités et tu pourras y trouver facilement un travail.

Il serait bon aussi pour tes objectifs spirituels que tu trouves une occasion de te rendre disponible à tes « ennemis » — ceux qui t'envient, qui sont tes « concurrents » — et être de quelque utilité pour eux. Un pèlerinage est plus authentique lorsque tu te charges volontairement d'un fardeau. Prends conscience que les moindres activités ont une signification mystique que le monde ne perçoit pas. Permets à tes yeux de t'ouvrir à ce genre d'expérience. La maison de Ton Père est pleine de miracles surprenants.

Cet exercice n'est pas complet tant que tu sens une ombre d'aversion en toi. Que ce sentiment vienne de ce que la situation soit contraire à tes habitudes, de l'effort mis en œuvre ou du contact avec un groupe humain inconnu, il n'est pas encore transformé en Lumière et n'a pas été refondu dans la Pureté ou — selon la vieille expression — dans « l'Amour de Dieu ».

Ce n'est que lorsque tu te seras soumis, que tu auras un sentiment d'expansion joyeuse, une jubilation intérieure — et celle-ci ne peut être confondue avec aucun autre sentiment — que le but de cet exercice aura été atteint et que tu pourras entreprendre le pas suivant.

Clos ta journée, à la tombée du jour, que tu sois seul ou avec d'autres, par l'incantation suivante.

14 – Le psaume de la chandelle ◄[168]

Je suis une Flamme qui brille éternellement,
Je suis un Souffle qui ne se disperse jamais,
Je suis la Lumière qui a existé au Commencement.
Saint, Saint, Saint est Mon nom.

Je suis la Voix dans le grand calme,
Je suis la Question et je suis la Réponse,
Je suis l'Esprit qui vivra éternellement.
Saint, Saint, Saint est Mon Nom.

Je suis l'Amour et le tout-charitable,
Je suis la Foudre qui unit le ciel et la terre,
Je suis l'Immobile, le Non Créé.
Saint, Saint, Saint est Mon nom !

- Allume une bougie blanche avant de commencer cette psalmodie.
- Les mots écrits en gras et en lettres italiques doivent être chantés sur un ton festif et solennel ; la tonalité est « La » comme dans l'exercice du OM (voir la Cinquième Lettre)[169]. Ces deux mots doivent vibrer pleinement.
- Le reste de chaque vers doit être prononcé lentement avec un sentiment de calme : les mots sont parlés : « *... une Flamme qui brille éternellement* », « *... un Souffle qui ne se disperse jamais* », etc., et aussi, les mots à la fin de chaque strophe : « *Saint, saint, ...* », etc.
- Si tu disposes d'un bon piano ou d'un autre instrument, tu pourras t'accompagner en jouant les accords appropriés (celui qui est donné avec l'exercice du « OM » dans la Cinquième Lettre par exemple). Chaque quatrième vers pourra être soutenu par l'accord final de ce même exercice.

168. *NdT. – Prière des Gnostiques alexandrins des premiers siècles ap. J.-C.*
169. *NdT. – La tonalité donnée dans la Cinquième Lettre est Mi bémol majeur.*

Résumé des Exercices du Niveau n° 6 [170]

1 – La charge de l'eau
2 – Exercice pour développer un sentiment être partout ◄
  A – La base d'une montagne
  B – Une vague de l'océan
  C – Un nuage
  D – Le ciel étoilé
3 – Exercice sur l'Infini
4 – Exercice du Miroir Supérieur ◄
5 – Le fruit de tes pensées : analyse des événements de la vie
6 – Exercice sur les actes de la vie quotidienne : « aide-toi toi-même » ◄
7 – Exercice de détachement ◄
8 – Exercice sur le Secret des Noms ◄
  A – La Magie des Noms :
  B – Noms parfaits et noms imparfaits
9 – Exercice d'Éveil durant la vie pour affronter la mort : le destin des décédés
10 – La dévotion envers le Cœur de Dieu ◄
  A – Invocation du Cœur de Dieu
  B – Respiration solaire
  C – Méditation solaire
11 – Le voyage mental
12 – La question posée à l'Univers ◄
13 – La Foi en tant que Puissance de la Volonté
14 – Faire de sa vie un Pèlerinage ◄
15 – Le psaume de la chandelle ◄



170. *NdT. – Rappelons que les exercices suivis d'un triangle – ◄ – peuvent être pratiqués dans n'importe quelles circonstances.*

SEPTIÈME LETTRE

Lève-toi et deviens Lumière

Le double visage des êtres humains

Reconnais, ô être humain, l'analogie profonde existant entre ton corps et l'Univers : il n'y a aucun membre, aucune partie, qui n'ait pas quelque chose de spécifique à te dire, quelque chose de particulier. Tu es une frontière, une créature entre deux mondes, et si tu te considères de ce point de vue, tu te rends compte que tu es fait de deux moitiés qui expriment chacune une double origine et une double destinée. N'as-tu jamais eu conscience que tu avais un visage supérieur et un visage inférieur ? Que la partie médiane de ton corps se trouve à la hauteur de ton nombril et qu'elle représente « une partie entre deux mondes » ?

Le visage inférieur a trait à tous les organes et aux parties du corps qui gèrent l'élimination des déchets et la procréation animale : il a un nez, une bouche, des lèvres, des joues et même des yeux (liés aux glandes reproductrices). Tu trouveras, si tu analyses bien tout cela, des analogies étonnamment exactes entre les organes supérieurs et les organes inférieurs ainsi qu'entre leur genre d'activités respectives. Les analogies sont si riches et emplies de particularités spécifiques que l'on peut tirer des conclusions de ce qui va de l'inférieur au supérieur et vice versa.

Le visage inférieur est ton visage terrestre ; c'est la Terre ; il est orienté vers le pôle inférieur et ses fonctions servent l'inférieur ; la bouche inférieure élimine les déchets inutiles à ton organisme mais utiles à la

Terre. Le nez inférieur sert la stimulation sexuelle, qui t'affaiblit mais qui sert la prolongation de l'existence de ta race. La cavité nasale inférieure de la femme est liée au vagin par lequel le fruit mûr descend pour sortir. Les yeux inférieurs sont aveugles tant qu'ils ne gagnent pas leur vue à partir de l'étincelle d'en Haut. Tout le visage inférieur est la grimace déformée du visage supérieur, ton visage céleste. Il représente l'animal auquel tu es enchaîné physiquement aussi longtemps que tu vis. Tu as été intégré à deux corps à la fois : l'inférieur indique, telle une image, ton origine physique et le supérieur montre ton Chemin Spirituel.

Nos ancêtres, qui étaient de nature humaine, sont devenus des Êtres Cosmiques[171] quand ils ont accepté la démarche spirituelle comme un bien à posséder en permanence. Ils ont tendu leurs têtes vers le Haut, dans l'air libre, ils ont vu les cieux et les étoiles et ceux-ci sont devenus les leurs. L'Esprit de l'Univers s'est penché sur eux et a allumé une Lumière au plus profond d'eux-mêmes ; il est devenu le Maître du compagnon bestial[172] et a permis aux bienheureux de devenir immortels. Ils ont découvert ainsi le discours, ils ont découvert le chant et la dévotion. Pendant des milliers d'années, ils avaient honte de ce frère inférieur à qui ils ont été unis ; ils ont engagé avec une lui un combat sanglant et l'ont caché honteusement de la

171. *NdT. – Êtres Cosmiques : les Adeptes ou « Maîtres de la Sagesse » dans la hiérarchie — liée à l'Évolution Spirituelle de Chacun — qui prévaut entre Eux ; Il forment ce que l'on nomme « La Fraternité de Lumière » ou « La Grande Loge Blanche ». À ce sujet : ce n'est pas parce que cette Fraternité se s'est pas encore manifestée en tant que telle, qu'elle n'existe pas (bien qu'une faible « tentative » ait été faite à la fin du XIXe siècle avec la « Résurgence de la Théosophie ») : on a vu comment les êtres humains ont réagi...) ; ce n'est pas parce qu'il n'y a pas de « preuves historiques » quant à son existence, qu'elle n'existe pas. D'ailleurs, que sont en effet, les preuves réunies par l'Histoire humaine puisque celle-ci, dans ce qu'elle transmet, est pleine de mensonges et de détournements ?*

172. *NdT. – La personnalité humaine, « le petit égo » — allusion notamment au corps physique.*

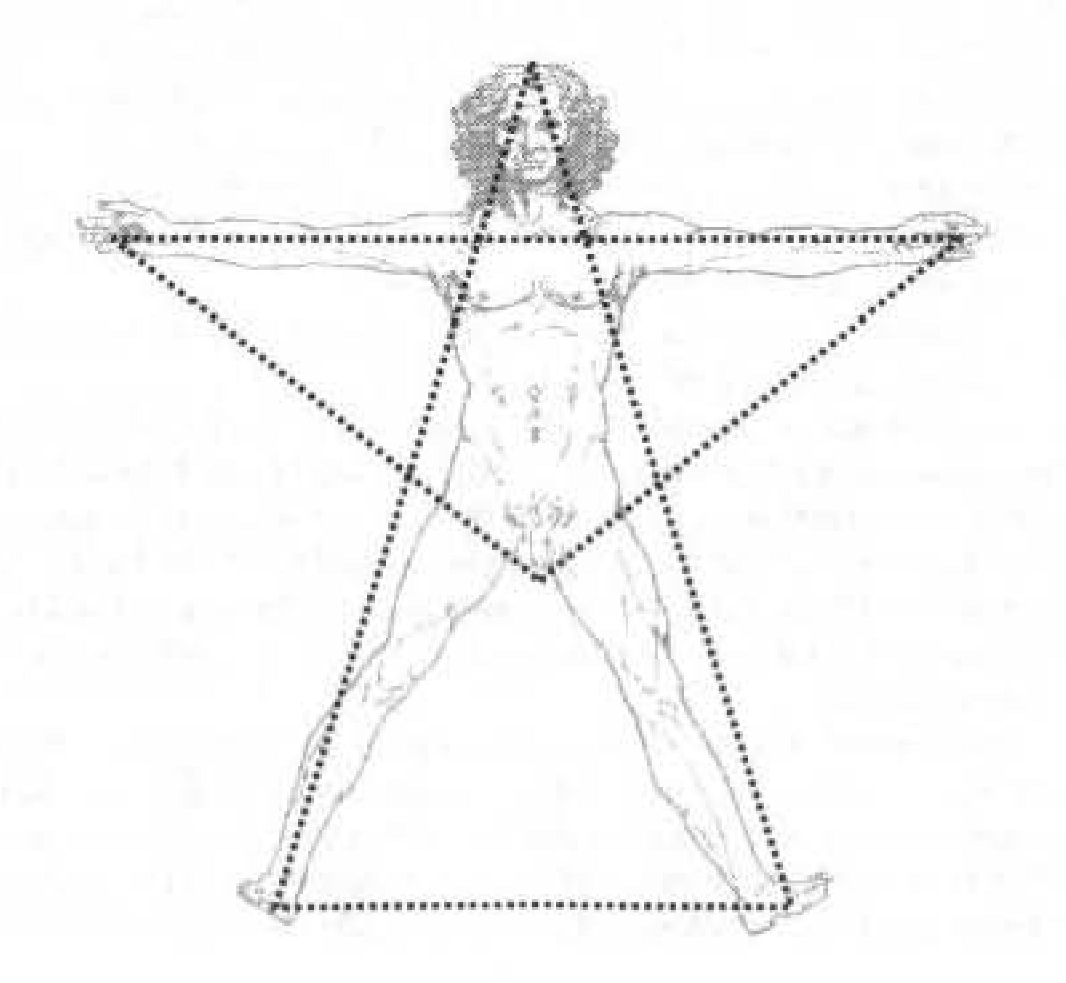
lumière du jour jusqu'à ce que vienne enfin pour lui l'heure d'être délivré par « l'Amour d'en Haut ». Il a été délivré pour servir. Et regardez ! Aujourd'hui cette heure est venue.

Notre corps et l'Univers

Examine l'analogie existant entre tes membres et l'Univers. Si le cœur est le soleil de ton corps, les membres sont donc le symbole des Six Énergies planétaires qui constituent ton organisme, la Lune incluse. Le tout, le Nombre Saint, est Sept ; il est devenu chair et a gouverné ta vie jusqu'à présent.

A – Exercice du Pentagramme. Mets-toi debout, pieds écartés, bras tendus sur les côtés et paumes vers le haut, puis visualise ce qui suit :

- Trace une ligne droite entre tes mains ;
- Trace une ligne droite de chaque main jusqu'au sexe ;
- Trace une ligne droite entre tes pieds ;
- Trace une ligne droite de chaque pied au sommet de la tête.



Le résultat donne deux Triangles qui s'interpénètrent, l'un ayant une pointe vers le bas et l'autre une pointe vers le haut. Ces deux figures forment le « *sigillum* »[173] de la Création qui a depuis les temps anciens a été appelé le « Sceau de Salomon ». (« SOLOMON » ou « SALOMON » n'a rien à voir avec la personne de Salomon[174] ; c'est une expression composée de trois syllabes appartenant à trois langues différentes désignant toutes le « Soleil[175] « : SOL – OM – ON, à savoir SOL *[latin]*, OM *[sanscrit]* et ON *[chaldéen[176]]*).

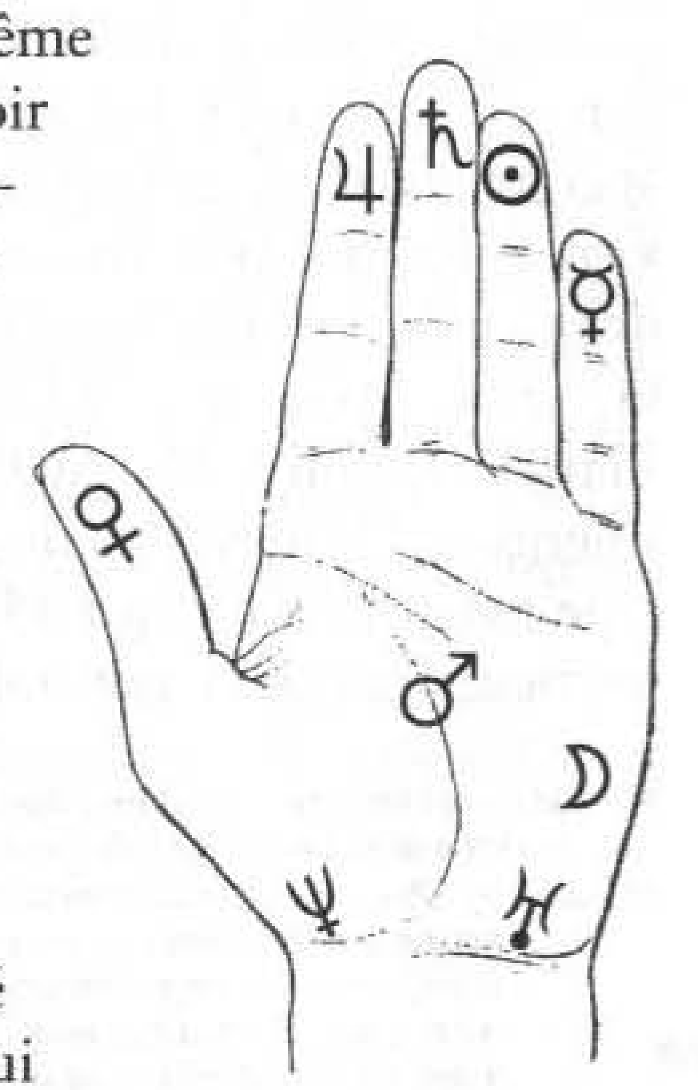
Le premier Triangle aspire en bas, vers la Terre, le second aspire vers le haut, vers le Ciel.[177] En cela réside également une analogie profonde entre toi et l'Univers. Tu as été créé par « ce qui est en bas » et par « ce qui est en Haut », par l'entente et par le conflit, par l'action et la réaction, par deux Énergies[178] qui, pour ainsi dire, te pénètrent et se croisent en toi. Le Ciel et la Terre se sont enlacés pour t'appeler à l'existence, ô être humain !

---

173. *NdT. – « Sigillum » en latin signifie « sceau ».*
174. *NdT. – Salomon, fils de David et troisième Roi des Israélites entre 970-931 av. J.-C., est surtout connu pour avoir fait construire le « Premier Temple » de Jérusalem.*
175. *NdT. – Cette désignation est à prendre au sens large pour le sanskrit et le chaldéen. En effet le mot sanskrit « **Om** » ou « Aum » représente les Trois Feux Sacrés, ou le « Feu Triple » actifs aussi bien dans l'Univers que dans l'homme ; ces Trois Feux liés à la Création donne la Quaternaire Parfait, **la Tétraktys** des Pythagoriciens. Quant au « **On** » chaldéen (devenu « **An** » par apophonie) , il est, à l'origine, le nom du plus grand des Dieux sumériens et signifie « le ciel » qu'il personnifie donc ; ce nom deviendra « **Anu** », 1500 ans plus tard chez les Babyloniens.*
176. *NdT. – Chaldée, Kardouniash ou Kaldou : nom donné à une partie de la région de Sumer, puis à la Babylonie.*
177. *NdT. – Le Triangle « pointe en bas » représente notamment la phase de « matérialisation de l'Univers ou l'Involution de l'Esprit dans la Substance jusqu'à la plus extrême densité de celle-ci afin d'acquérir la soi-conscience (cf. La notion de « chute »). Le Triangle « pointe vers le haut » représente notamment la phase de « spiritualisation de l'Univers » ou Évolution de l'Esprit retournant au plus Profond de Lui-Même (tendant vers le retour à la Non Manifestation).*
178. *NdT. – Autrement dit : par l'interaction de l'Électricité (Feu) et du Magnétisme (Eau), engendrés, dirigés et mis en œuvre par la Divinité au moyen de Son expression la plus Haute, appelée « Akasha », cette dernière véhiculant l'Élément « Air ». Le résultat de cette triple interaction est la Création (les Mondes et tous les êtres), représentée par l'Élément « Terre ».*

B – Le symbolisme des pieds et des mains. Analyse tout cela à présent de manière exhaustive. Observe tes pieds : ils s'accrochent bien à la Terre et te tiennent fermement sur le sol. Les orteils sont courbés de haut en bas, vers la Terre ; la moitié intérieure de la plante des pieds est striée de lignes étoilées et ordonnées. Tu marches sur des étoiles sans en être conscient, comme si le Cosmos, qui se penche incommensurablement sur la Terre, avait jeté son splendide reflet sur toi, comme s'il avait apposé sur toi son Sceau, toi qui es sorti de son giron.

Regarde maintenant tes mains. Autant tes orteils sont maladroits, autant les doigts de tes mains sont finement structurés. Tu as dix doigts et dix énergies planétaires — le Soleil, la Lune et la Terre inclus — qui déterminent et influencent ta vie. Les orteils, peu développés comme ils sont, appartiennent à l'associé bestial qui est en toi tandis que les doigts, avec leur délicate structure, représentent ta part spirituelle. Chaque main canalise l'ensemble des Neuf Énergies principales de notre Système Solaire et tu es toi-même la Dixième Énergie, à savoir l'Énergie de la Terre. Les courants, les influences de ces Énergies, s'écoulent et agissent continuellement en toi et par toi ; continuellement, ils te chargent de divers flux électriques gradués. D'où tes « pensées » proviennent-elles ? Il est de ta responsabilité de les surveiller, de leur donner des ordres afin que la Volonté de l'Esprit Universel, Celui



qui t'a envoyé ces pensées, soit correctement servie. N'es-tu pas devenu Un avec cette Volonté, qui est aussi « ta » Volonté la plus élevée ?

Comme tu le sais, les pensées sont l'expression intérieure des fluctuations des courants électriques de la Volonté Universelle. Devenir « Un » avec Celle-ci signifie devenir un utilisateur actif et responsable de ces énergies au lieu de les subir ; cela signifie ne plus être à leur merci mais, au contraire, en t'assimilant au Maître de l'Univers, devenir un Maître toi-même.

L'Univers a un aspect externe et un aspect interne. Si tu agis sur ce qui est en toi, cette action se répercute sur ce qui est à l'extérieur de toi parce que tout ce qui existe est en une relation étroite et interagit de manière très intime. Le verset biblique « *Dieu créa l'homme à son image* » indique la même vérité fondamentale qui doit donc être réitérée si sérieusement et instamment : « *Il le créa à l'image de Dieu...*[179] ».

Le mysticisme de la Lumière Blanche

Si un rayon de soleil passe par un prisme, il en ressort en irradiant les sept couleurs principales du spectre : rouge, orange, jaune, vert, bleu, indigo et violet. Toutes les autres nuances sont des mélanges et des combinaisons de ces couleurs fondamentales. De la même façon, tu peux visualiser la diffraction de la Blanche Lumière Divine Primordiale en Sept Grandes Énergies. Ce n'est pas une coïncidence mais un principe essentiel : chaque Planète[180] a reçu une couleur particulière qui la symbolise.

179. *NdT.* – « Dieu créa l'homme à son image, il le créa à l'image de Dieu, il créa l'homme et la femme » – *Genèse 1 :27 : Trad. Louis Segond.*

180. *NdT. – Chaque Planète : c'est-à-dire chaque « Sphère Planétaire », cette expression incluant non seulement la forme physique (ou corps physique) de l'astre, qui est le corps céleste visible au télescope, mais l'Être Divin Qui gouverne cette Sphère laquelle a donc une Trinité Divine en propre ainsi qu'un aspect mental et un aspect astral.*

Prête maintenant une attention particulière à ce qui suit : les animaux et les plantes n'ont pas en eux toutes les couleurs du spectre mais seulement quelques-unes, ce qui signifie seulement quelques énergies.

Les êtres humains seuls réunissent en eux toutes les couleurs, en fonction, du moins, de leurs capacités individuelles ; il leur est donné, à condition qu'ils prennent le Chemin véritable et qu'ils vivent un style de vie approprié, de développer cette Lumière Blanche rayonnante en eux-mêmes et, par conséquent, de trouver consciemment la Voie du Retour à l'Unité glorifiée ; ils se libéreront ainsi des innombrables structures, formes et personnalités aux multiples couleurs[181]. Cependant, tu dois comprendre la signification de cela.

Le candélabre à Sept Branches

Tu connais le beau symbole du candélabre à Sept Branches, illuminées par sept bougies, qui ornent nos jours de fête. Sache que ce symbole sacré trouve son origine dans les Temples de la Sagesse Antique[182], qu'il est parvenu jusqu'à nous et qu'aujourd'hui aussi bien qu'hier, il a une très profonde signification. Tu es toi-même — et tu devrais être — ce candélabre à Sept Branches sur lesquelles les Énergies Universelles brillent en Sept Rayons jusqu'à ce que tu réussisses à t'unir à la Lumière qui est au-dessus de toutes les Lumières ; alors le Temps et le Monde disparaîtront pour toi comme un rêve...

181. *NdT. – Il s'agit de la libération de la Conscience de la nécessité de vivre et d'expérimenter l'Univers au moyen de formes ou de corps tissés dans la Substance Cosmique des Quatre Plans « Roupas » (« avec forme ») et de pouvoir continuer d'être dans la Substance des Trois Plans Supérieurs dits « Aroupa » (Sans forme). Le Bouddhisme nomme cette Libération « l'État de Quiétude » qui se manifeste comme « Dharmakaya ».*

182. *NdT. – Le Temple de Salomon à Jérusalem. Le chandelier à sept branches hébraïque est l'équivalent de l'Arbre babylonien de la Lumière.*

Et de même que les deux limites visibles du spectre ont une rémanence invisible à l'œil nu — l'infrarouge et l'ultraviolet — de même la Symphonie des Énergies Planétaires est complétée et parachevée par l'Énergie des planètes récemment découvertes : Uranus et Neptune ; ainsi de Sept, les Énergies sont maintenant Neuf. Tu reconnais le Neuf Sacré comme l'Accomplissement du Sept.

La vieille et la nouvelle Aristocratie

Tu trouveras des séquelles particulières de ces Antiques Mystères en considérant les emblèmes, les blasons ou les armoiries de la Noblesse, ces prétendues couronnes nobiliaires. Tu sais que l'Aristocratie de hiérarchie inférieure[183] avait des couronnes avec cinq perles, les Barons des couronnes avec sept perles et les Comtes des couronnes avec neuf perles. Ces perles étaient fichées sur un cercle (qui constitue la couronne). De nos jours, ce ne sont que des bibelots sans grande signification et les gens qui les possèdent ne sont plus conscients de leur sens ancien et secret.

Le cercle d'or sur lequel les perles étaient attachées symbolisait l'Omnipotence Divine car il était lié au Soleil. Les perles représentaient les planètes qui tournent autour du Soleil. Cinq planètes correspondent au Mental qui est canalisé dans le Pentagramme. Celui qui contrôle les énergies planétaires bien connues (Jupiter ⇨ la Sagesse et la Bonté, Mars ⇨ le Désir, Vénus ⇨ l'Amour, Mercure ⇨ l'Intellect, Saturne ⇨ la construction de « l'ego ») a conquis le droit de porter la première couronne simple, à cinq perles. Quand s'ajoutent Uranus et Neptune, un sens plus élevé de la raison et un niveau plus élevé d'amour s'intègrent

183. *NdT. – Les Chevaliers.*

également. Quiconque maîtrise ces Sept Énergies, quiconque les a surmontées intérieurement et les a faites siennes, n'est donc pas loin de l'Union avec le Neuf ; quant à la Lune et au Soleil, ils symbolisent l'une ce qui est transitoire, l'autre le « Moi » le plus sublime d'un être humain. En vérité, c'est chose divine que de respecter le Sept et le Neuf.

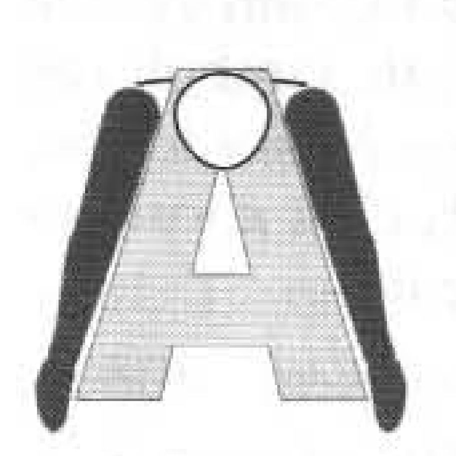
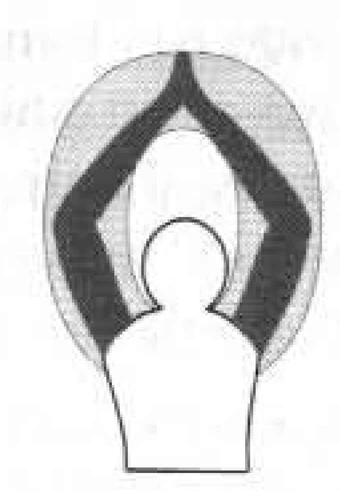
Les couronnes anciennes sont à présent dépourvues de sens ; elles devaient tomber parce que cette signification réelle s'est perdue. Mais le temps n'est-il pas proche où une nouvelle Aristocratie, une Aristocratie de l'Esprit, forgera elle-même, hors du vieil or, de nouvelles couronnes ? ... Si tu veux appliquer concrètement ces pensées et que leurs bénédictions viennent vivre en toi, pratique donc la méditation relative aux lettres.

La méditation sur les Lettres : « Je suis le A et le O » ◀

Garde à l'esprit que la forme de la lettre « A » et celle de la lettre « O », telle qu'elles nous a été transmises, cachent une signification profonde ; elles ne proviennent pas d'un choix arbitraire afin d'exprimer ces sons ; elles sont plus que cela. Elles sont les gestes qui, et non sans raison, figurent au commencement et la fin de l'alphabet grec[184]. Elles sont des signes corporels et tu dois apprendre leur utilisation appropriée. Tends tes bras en oblique devant toi pour qu'ils forment un grand « A » dont le sommet se trouve dans ton torse ou juste derrière lui ; puis

184. *NdT.* – « Je suis l'alpha (A) et l'oméga (Ω), le premier et le dernier, le commencement et la fin. » – *Apocalypse 22 :13 : Louis Segond (LSG) — Dérivé du phénicien, l'alphabet grec est le premier véritable alphabet, le père de nos alphabets occidentaux : tous les alphabets en usage en Europe lui sont apparentés, y compris les alphabets modernes russe, biélorusse, ukrainien, bulgare et serbe.*

lève-les vers le haut et joints les mains comme pour une prière ; ils forment la lettre « O ».

Continue alors par la méditation suivante : à une heure paisible, munis-toi de sept bougies blanches. Que la pièce soit sombre et les bougies rangées côte à côte et espacées l'une de l'autre de 10 à 15 cm ; allume-les. Si tu as un candélabre à Sept Branches, utilise-le.

Procède lentement, avec des gestes de dévotion.

- Quand tu allumes la première bougie, dis le texte suivant d'une façon solennelle et calme : *« Solidifiée en une forme issue du Brouillard de Feu, la Flamme Éternelle brille en moi... »*
- En allumant la deuxième bougie dis : *« Rejeté et tué dans des milliers de formes, j'ai éveillé le « Moi », moi-même pour moi-même ! »*
- En allumant la troisième bougie : *« J'ai fait de longs voyage ».*
- En allumant la quatrième bougie : *« Ma Maison est proche... »*
- En allumant la cinquième bougie : *« Mon cœur, exulte... »*
- En allumant la sixième bougie : *« Couronne tes Portes... »*
- En allumant la septième bougie : *« Respire l'Immortalité, prends ta couronne ! Réjouis-toi ! Réjouis-toi ! Ô mon Âme ! »*
- Maintenant, éloigne-toi de quelques pas des bougies allumées, baisse les bras, mets-toi en position de méditation et visualise bien que tu es un pilier de Lumière Blanche.

- Dès que l'image devient une réalité dans ton mental, chante solennellement et de la façon précédemment décrite les mots : « *Je suis* ... ».
- Forme avec tes bras la lettre « A » comme cela a été décrit et continue dans le même ton : « *La multitude...* »
- En faisant cet exercice, visualise qu'une infinité de mondes et de constellations émane de toi. Sois en même temps le Soleil qui fait jaillir des courants de lumière et d'énergie et qui donne une vie multipliée à foison. Savoure cette pensée, laisse-la s'animer en toi ! Tu es toi-même au sein de ces milliers de formes ! En joignant les doigts des mains — comme si tu allais prier — bras levés au-dessus de ta tête, forme alors le « O » et continue à chanter : « *Je suis l'Unité ! Saint, Saint, Saint est Mon nom !...* »

Rappelle-toi bien ceci : le « A » doit être pratiqué au commencement de l'exercice et le « O » à la fin. La création de l'Univers a commencé par l'éclosion de l'Esprit Universel en une multitude d'êtres et elle finira avec le Retour à la Grande Unité de ces derniers lorsqu'ils auront accompli un long voyage, fait de plaisirs et de souffrances. De même que la multitude des couleurs liées respectivement aux lettres de l'alphabet est amorcée par les bras étendus du « A », de même elle finira avec le cercle de rachat qu'est le « O » final.

La signification des mains jointes

Tu vas apprendre ce que signifie le geste de joindre les mains en priant. Plus un être humain déplace ses bras, plus il gaspille de l'énergie ; il en projette sans cesse d'invisibles particules, perdues alors pour son usage. Celui qui veut se recueillir et entrer dans un

état de sérénité doit joindre les mains. Par ce geste, lui seul profitera des énergies qui s'en échappent. En effet, la main gauche et la main droite ont chacune une polarité différente ; quand elles sont entrecroisées, elles s'imprègnent mutuellement ; il y a un échange de courant qui est à l'avantage de la personne en prière ; ces énergies, qui sans ce geste seraient inutilement gaspillées, servent alors son développement intérieur. Celui qui est exténué et qui s'assoit tranquillement, les yeux fermés, les mains jointes et qui respire lentement et avec calme, remarquera rapidement une forte augmentation de l'énergie dans son corps.

La longueur de cet exposé n'est pas celle que nécessitera l'exécution de cet exercice. Ne fais celui-ci que lorsque tu seras dans un état d'esprit approprié ; tu pourras facilement en vérifier la valeur quand tu le réussiras bien.

Encore une fois, observe le contraste existant entre tes mains et tes pieds. Les pieds sont dodus et les articulations grossières. Les mains sont finement modelées autour des os et reflètent la vie intérieure. Les pieds sont dirigés vers le giron maternel de la Terre, les mains vers le haut, vers le Soleil. Souviens-toi de ceci : plus le caractère d'un être humain est spirituel, plus l'ossature de ses mains est excellente et plus abondantes seront les runes[185] universelles qui sillonnent les paumes. L'Esprit Cosmique, ton Père, imprime Son Sceau céleste dans tes deux mains. Celles-ci tracent les grandes lignes de ta destinée, les étapes de ta vie et tout ce que tu entreprendras ; elles

185. *NdT. – Les Runes sont issues d'un ancien alphabet magique et sacré des peuples germano-scandinaves. Ces lettres aux formes anguleuses ont été très tôt utilisées à des fins divinatoires. En effet, elles sont plus qu'un ensemble de simple lettres ; chacune d'elle est le véhicule d'un Concept, d'un Principe et partant, d'une Force active dans l'Univers. Leur usage et la charge mentale effectuée sur chaque caractère runique au cours des siècles confère à chacun d'eux le pouvoir d'un « mandala », d'une figure qui « agit » dans l'espace-temps où elle est tracée.*

marquent les points critiques pour lesquels, selon ta volonté, tu devras prendre de grandes décisions qui détermineront soit ta Libération du cycle obligé des Renaissances, soit ton développement spirituel ultérieur, celui que tu vivras lors d'incarnations futures.

N'as-tu jamais remarqué que les dessins ou les lignes tracées dans la main droite diffèrent de celles existant dans la main gauche ? Fais l'effort de les comparer. Si tu es un Chirologue expérimenté, tu sais alors que les lignes de la main gauche représentent cette part de ton héritage spirituel qui t'a été transmise pour cette vie ; autrement dit, elles représentent les tendances et les possibilités que tu as ramenées d'incarnations précédentes, tandis que les lignes de la main droite indiquent ce que tu en feras. La main droite indique donc le degré de ton éveil spirituel et dans quelle mesure tu es consciemment préparé pour réaliser le plan de vie que Dieu a conçu pour toi.

Quand tu joins les mains, tu joins ton passé à ton avenir et tu les fusionnes tous deux dans une unité ; tu formes un anneau fermé, une Présence Éternelle qui est retirée du Temps. La main gauche est celle de la passivité et la main droite celle de l'activité ; ce n'est qu'ensemble qu'elles forment un tout organique. Nous touchons ici un secret universel qui exige une explication.

La Double face de Dieu[186]

L'Esprit Non Créé se révèle sous deux Aspects. Il a deux Faces qui sont toutes deux d'une égale importance et trouvent la Perfection que dans leur Union. Ils sont appelés le Principe Masculin et le Principe Féminin ou encore « Dieu le Père » et « Dieu la Mère ».

186. *NdT.* – « Puisque, en un point d'elle-même, l'étoffe de l'Univers a une face interne, c'est forcément qu'elle est biface par structure (...) » – *P. Teilhard de Chardin, le Phénomène humain, 1955, in T.L.F..*

Ce que la Science désigne comme électricité positive et négative, comme magnétisme positif et négatif, est l'expression d'une même dualité. Ce que nous appelons le jour et la nuit, la vie et la mort, est basé sur le même principe. Les êtres vivants produisent une activité et personnifient « le principe masculin » ; le mourant se donne entièrement et personnifie « le principe féminin » dans sa puissance la plus élevée. Tout ce qui a jamais été créé, tout l'Univers, est soumis à cette Loi ; tout ce qui existe a donc son jour et sa nuit propres : les Soleils, les Planètes et les Lunes ou les plantes, les animaux et les êtres humains. Tout ce que nous appelons « la vie » ne se manifeste que grâce à cette Dualité, à cette lutte mutuelle entre deux Forces fondamentales qui ne trouvent pas leur accomplissement et leur destinée la plus élevé dans la défaite de l'une et la victoire de l'autre, mais dans une harmonie mutuelle, dans la perfection de l'équilibre instauré entre elles.

Toutefois, pas une seule chose n'existe qui soit d'une seule polarité, soit masculine soit féminine. La lutte de ces deux Forces a lieu dans l'organisme du corps humain — et ici plus encore que n'importe où ailleurs — afin que celui-ci devienne la scène d'action de l'évolution de l'Univers. Si nous prenons une vue d'ensemble du développement des Civilisations humaines, les tribulations des Nations au cours des fluctuations de l'Histoire, nous prenons conscience qu'à certaines époques la puissance ou la Divinité du Père a eu la préférence dans la conscience des êtres humains et qu'elle jouissait d'une grande vénération, tandis qu'à d'autres périodes, la puissance ou la Divinité de la Mère a prévalu. Aujourd'hui même, au sud de l'Europe, on adore la Vierge Marie, un souvenir tenace de la Mère Antique de l'Univers ; Elle a été tenue — sous de nombreux noms — dans la plus

haute estime par toutes les Nations du monde ; Son Nom était Isis dans l'Égypte ancienne ; Elle est appelée aujourd'hui Kwan Yin en Extrême-Orient[187] ; en d'autres endroits, Elle est nommée Maya ou Maria ; mais dans tous les cas, il s'agit du même Concept Supérieur relatif à l'Univers. Est-ce que, même aujourd'hui, la Madone n'est pas dépeinte debout sur le croissant de la Lune et auréolée d'un diadème d'étoiles ? L'antique symbolisme universel brille toujours mais la plupart des dévots ne le considèrent pas comme tel.

Le Monde comme Mystère de l'Amour

L'homme et la femme représentent la division de Dieu même. Leur éternelle recherche et découverte mutuelles, la séparation de l'un par rapport à l'autre et leur rencontre renouvelée, conditionnent toute la vie ; cela est, en vérité, le Grand Mystère de l'Amour. « Dieu le Père » est finalement inconcevable sans « Dieu la Mère » car Il ne serait que la moitié d'un Tout et par cela même Il serait imparfait. L'éternelle procréation de l'Énergie-Père exige un éternel, prégnant, engendrant, comportant l'Énergie-Mère. Tu peux appeler le premier « Esprit Primordial » et la seconde « la Substance Primordiale », ce qui compte ici c'est la vérité fondamentale et pas le nom qu'on lui donne.

Sans l'Amour, le Monde ne pourrait pas exister. Ce qui permet aux corps célestes de tourner dans un rythme serein autour de leurs points centraux, ce qui permet aux planètes de tourner autour du Soleil, ce qui permet aux électrons négatifs de tourner autour

187. *NdT. – Appelée aussi Kwan Yin ou Kuan Yin (Chine), Kwannon ou Kuan Um (Japon).*

du noyau positif de l'atome, peut seulement être l'Amour !

Tout ce que tu vois autour de toi comme étant « la vie », de la naissance à la tombe, est mis et tenu en mouvement par l'Amour. L'attraction et la répulsion sont deux facteurs qui ne forment une Unité qu'à partir du moment où ils œuvrent de concert. La naissance de n'importe quel organisme provient de la naissance d'une danse de l'amour, sa mort est un passage dans une autre danse. Être correctement préparé à la mort signifie te former pour une nouvelle et plus haute phase de vie. Celui qui n'a aimé que sa propre personne trouvera donc très difficile de mourir. Montre-moi comment tu meurs et je te dirai qui tu étais...

L'Homme et la Femme en toi

Le monde est fait de « Feu » et d'« Eau », de « Lumière » et d'« Obscurité », de « Oui » et de « Non ».

Les concepts terrestres de « père » et de « mère » sont les symboles mortels et inférieurs d'une Divinité, d'une Énergie Duelle Infinie, beaucoup plus profonde et plus haute qui se tient derrière et au-dessus de Tout et dans Laquelle l'Unité méconnaissable se révèle. « Le Père » et « la Mère » se rencontrent à maintes reprises, luttent l'un avec l'autre, s'équilibrent l'un l'autre et produisent ensemble le symbole de leur harmonie, l'enfant. Quand cela est correctement compris, on voit que c'est un symbole élevé, le plus haut de tous pour celui qui est vraiment conscient. Cependant, comprends qu'en restant dans la réalité humaine, terrestre, tu prolonges la souffrance en une chaîne infinie. Quel enfant n'est pas né pour souffrir ?

Le vrai Mystère de la Génération ne réside pas dans la procréation physique mais dans le fait de donner naissance à Soi-même.

Tu sais qu'il n'existe pas un être qui ne soit que mâle ou que femelle ; cela s'applique également aux êtres humains. Observe les mamelons d'un homme et les poils du visage d'une femme. Combien de fois n'as-tu pas trouvé un esprit masculin dans un corps féminin ou un esprit féminin dans un corps masculin ? Nous sommes tous hermaphrodites et, lorsqu'il est amoureux, un homme lutte dans la totalité de son être pour la totalité de l'être d'une femme. Cela se produit en ce qui concerne l'amour que l'on exprime à l'extérieur de soi mais aussi celui qui s'accomplit à l'intérieur de soi, dans le sanctuaire du corps. La sagesse de la vieillesse repose essentiellement sur cet amour intérieur : la pulsion sexuelle primaire se calme et les remontées de moindre importance sont contrôlées et évacuées. L'accomplissement de cette force, qui était autrefois tourné vers le monde physique, est ensuite recherché dans le monde intérieur ; et il se produit. Une procréation intérieure a lieu qui renouvelle, délivre et libère le vieil être humain si ce dernier est capable de maîtrise.

L'Amour Mystique

Celui qui est passé par la mort mystique — et j'espère que tu l'as fait — ne voit plus dans la procréation physique le couronnement et le but de sa vie. Celui qui a trouvé la Divine Maîtresse n'a plus besoin des servantes. Il considère celles-ci comme des messagères, des symboles ou des corrélations analogiques, mais il sait qu'en ce qui le concerne, il est libéré de la contrainte de procréer, contrainte qui tient le monde entier sous son contrôle. Ce qu'il aime n'est plus l'être humain en tant que tel, mais la Divinité Qui s'approche de lui par l'intermédiaire de la forme ou de la silhouette de telle ou telle personne et Qui lui

parle par des bouches différentes ; c'est la Divinité qu'il porte et sent simultanément en lui.

Autrement dit, il ne se soucie plus du mirage qui l'entoure et qui disparaît comme la fumée au cours du temps mais il donne vie à l'aide de l'Énergie Divine présente en lui, à l'Enfant Immortel, le Christ Intérieur.

La Sainte Trinité

En Elle réside le mystère du vénérable Nombre Trois. « Dieu le Père » vivant en toi en tant que Volonté procréatrice et « Dieu la Mère » vivant en toi, en tant que Saint-Esprit illuminé, à l'Âme toujours vierge, engendreront dans l'Amour Mystique l'Enfant Divin, le Fils, que tu es toi-même dans ton « Moi » naissant, ton plus haut et Immortel « Dieu-Moi ». Dessine un triangle équilatéral et tu obtiendras alors le symbole de ce procédé. Les mots suffisent à faire comprendre cela à ceux qui ont vécu et expérimenté intérieurement ce processus. La Trinité, que les vieilles religions enseignent, n'est rien d'autre que ce Trois Sacré.

TOI seul doit prendre à présent certaines mesures afin de stimuler et de soutenir cette naissance intérieure spirituelle qui est le but réel de ce développement intérieur. Tout l'enseignement de ces Sept Lettres tend essentiellement à servir ce but. Les belles images de la Madone que tu regardes avec l'attitude appropriée et sur lesquelles tu te concentres te seront nécessaires, en plus de celles qui représentent le Christ vivant, bénissant, ou le Christ ressuscité et non pas, bien sûr, le Christ crucifié ; en effet, le Christ, en toi, ne doit pas demeurer sur la croix mais il doit être éveillé. Il est resté crucifié assez longtemps. Le temps est venu où Il doit être descendu de la croix et porté à Sa juste place, à la droite de Dieu. Médite sur ces

mots : « Christ en moi », que tu t'identifies à Lui dans sa forme humaine ou que tu Le sentes comme le Soleil qui s'élève en toi, au-dessus du Bien et du Mal ; ou bien médite sur des mots tels que : « l'Amour Éternel », « la Félicité », « la Pitié et la Lumière ».

L'exercice de la Croix : « l'Eau Vivante » ◄

Remarque préliminaire : le caractère à la fois masculin et féminin de ta nature se révèle dans la structure de ton corps par de nombreux détails que tu dois découvrir par toi-même, du moins en partie. Prête attention à certains symboles importants. La ligne verticale a toujours été l'expression de la masculinité, tandis que la ligne horizontale est celle de la féminité. Médite sur la cause de cela. La croix représente la collaboration du Principe Masculin et du Principe Féminin ; le point où les deux lignes se croisent est logiquement celui où l'énergie créatrice est la plus intense et où elle agit immédiatement.

En étendant les bras de côté, à l'horizontal, tu es toi-même cette Croix Mystique ; tu es toi-même une représentation de l'homme et de la femme dans leur interaction mutuelle. Ton propre corps et ton propre Monde Intérieur deviennent la scène où se joue l'action créatrice de ces deux Forces Fondamentales. Il y a des gestes, des positions ou des attitudes du corps qui recèlent une signification plus grande que celle qui est perçue de façon superficielle par ceux dont le point de vue est fait d'a priori grossiers et matérialistes. Oui, les fonctions corporelles sont parfois la manifestation d'un Principe Spirituel plus élevé qui ne fleurira en toi que lorsque tu auras mûri !

Si tu es un homme et que, par ton éducation, tu sois enclin aux activités masculines, il est d'une pre-

mière nécessité de développer, de fortifier et de mettre en œuvre l'Aspect Féminin existant en toi. On réalise cela en contactant l'Énergie Universelle Cosmique de polarité Féminine Qui existe à l'extérieur de soi.

Application

- Fais face au Sud, ferme les yeux et prends la position de la Croix. Les paumes des mains sont tournées vers le haut en un geste de réceptivité.
- Concentre-toi à présent sur le point existant à l'intérieur de chaque paume. En très peu de temps, tu sentiras comment le courant de la Lumière Astrale coule sur toi et en toi via ce point. Tu sentiras un picotement, une succion, une vibration très fine qui est la plus élevé et la plus singulière qui soit dans la nature. Cette perception n'a aucun rapport avec l'autosuggestion. Cependant, tu dois réaliser cet état si tu es suffisamment préparé sinon cet effort sera une pure perte. Il sera inutile de commencer la deuxième partie de cet exercice si tu n'as pas achevé cette première partie.

S'agissant de la deuxième partie de cet exercice, tu devras te contenter de quelques indications qui te suffiront à partir du moment où « l'Amour d'en Haut » t'aidera. Sache que le processus de la respiration cache le Mystère d'Amour. L'inhalation, l'exhalation et la conservation de souffle sont les différentes phases de la procréation ainsi que de l'accouchement ; sa signification plus profonde te sera révélée en des circonstances requises, au bon moment.

Veux-tu engendrer en toi l'Enfant Divin ?
Sois alors digne de cet Enfant...

La signification de la fête de Noël

Si tu as bien réfléchi sur ces questions spirituelles, la fête de Noël — ainsi que beaucoup d'autres choses — révélera le sens profond qu'elle recèle. Un processus d'évolution intérieur est symbolisé par un événement extérieur. T'es-tu demandé : qui est « Joseph » ? Qui est « Marie » ? Pourquoi cette fête a-t-elle été célébrée pendant les jours qui ramènent le Soleil dans l'hémisphère Nord ? Pourquoi l'enfant Christ vient-il au monde dans une étable ? Et que penses-tu du grand symbolisme de l'Arbre de Noël qui scintille de nos jours sur cette période de fête ?

Réfléchis à tout cela de tout ton cœur... Si tu as suivi tous ces enseignements et que tu aies pratiqué ceux-ci comme cela était prévu, tu sais donc ce que le Sage a voulu dire par ces mots : « *Voici, je fais toutes choses nouvelles* ».[188]

Dorénavant tu es parfaitement heureux et réconcilié avec ce monde aux apparences transitoires. Tu as trouvé l'ancrage qui ne peut jamais être perdu.

L'accomplissement de vieux désirs[189]

Tu as déjà commencé à faire une découverte étrange : tu t'es changé toi-même et grâce à cela, tout ce que tu fais ou dis l'est selon cette conscience transformée. Au début, cela paraît un pouvoir nouveau et surprenant. Tes pensées et tes vœux commencent à se réaliser de façon concrète, sous tes yeux, lorsque tu t'y attends le moins. L'accomplissement de vieux désirs

188. *NdT.* – « Et celui qui était assis sur le trône dit : Voici, je fais toutes choses nouvelles. Et il dit : Écris ; car ces paroles sont certaines et véritables » — *Apocalypse 21 :5 : Trad. Louis Segond.*

189. *NdT. – Le titre allemand de ce paragraphe est « La force du renoncement » ; toutefois, comme cette notion n'est abordée que dans le paragraphe suivant, il nous a semblé plus cohérent de changer ce titre et d'introduire cette notion dans le titre du paragraphe concerné où cette notion est traitée.*

t'attend quelque part sur ton Chemin. La lente allure qui réglait avant le char de ta vie se change, de manière inattendue, en un galop rapide. Il semble que les entraves qui se sont attachées si longtemps à toi soient maintenant tombées sur le bas-côté. Avec ta vie intérieure, ta vie extérieure changera aussi.

Cependant, la parole que tu diras, avec pleine conscience et volonté, sera d'une importance auparavant méconnue. Elle devient un ordre cosmique qui appelle et met en mouvement les énergies nécessaires — ou les pouvoirs d'une puissance très élevée — à sa concrétisation. Tu apprendras à voir sous un autre jour la magie que détient l'acte de bénir. Avec ces nouveaux pouvoirs, tu chargeras ton Âme d'une responsabilité immense. Sois toujours attentif à cela, même quand cela portera sur les affaires les plus insignifiantes de ta vie !

Exercice de renoncement et lien avec le Vide Spirituel

Le secret de ces pouvoirs, répétons-le encore une fois[190], est appelé « Renoncement ». Ce n'est pas un renoncement appris de façon superficielle ou par autosuggestion, à des fins égoïstes, un renoncement imaginaire ; en fait, il se produit à l'intérieur de soi, il est vrai et mystique, et grâce à lui, il nous est indifférent de vivre dans la pauvreté ou la richesse, l'humilité ou la gloire, une renonciation qui nous permet de voir les choses de ce monde comme étant seulement et en vérité un vêtement sans intérêt. Le fait de n'avoir aucun désir garde l'entrée de ces Mystères et nul n'atteindra le Sanctuaire du Temple s'il n'y pénètre avec les pieds purs.

190. *NdT. – Voir la Deuxième Lettre : « Exercice d'accumulation d'énergie grâce à la maîtrise des désirs ».*

Il se passe alors ceci : en ne désirant plus que quoi que ce soit arrive, on crée un vide dans le Monde Causal et, de même que la nature, au dehors de nous-même, n'aime pas le vide, de même le Monde Spirituel ne le permet pas ; bien au contraire, ce dernier cherche aussitôt à le combler. Cette régulation ne se trouve que dans « l'accomplissement » de ce que tu avais désiré parce que seul celui-ci comble de façon exact le vide créé.

Tu vois, tu trouveras dans tout cela une contradiction que tu dois, d'une façon ou d'une autre, résoudre. Lorsque les désirs que tu ne nourris plus s'accomplissent suite à ce renoncement, tu n'as donc plus affaire avec un accomplissement de « désirs ». Autrement dit : l'accomplissement d'un désir auquel on a vraiment renoncé n'a plus une grande importance pour le vrai mystique. Et cela doit être ainsi ! Ici aussi, la Sagesse Infinie sait exactement ce qu'elle fait. Elle met le monde entier aux pieds de l'être humain spirituellement développé car ce dernier sait faire un usage correct de ces bienfaits : il ne prend, des trésors du monde, pas plus que ce qui est nécessaire à ses tâches élevées.

Méditation sur l'Univers ◄

Sors de chez toi par une nuit claire et cherche un endroit calme et protégé sous le ciel étoilé où tu ne seras pas dérangé. En hiver, pratique cette méditation dans ta chambre, peut-être derrière la fenêtre. Commence en examinant les plus belles et les plus grandes constellations ; attarde-toi sur celles qui ont l'éclat le plus pur et le plus vif, par exemple *Sirius* (en hiver) et *Capella* ou *Vega* (en été).

Prends ta position de méditation habituelle et dirige tes yeux vers le ciel. Par une visualisation très concrète et réaliste, crée en toi un des concepts suivants :

A – L'Arbre Céleste. Tu es debout sous un arbre immense. Tu ne vois pas le tronc ou les branches parce qu'ils sont dans l'obscurité. Cependant, les feux de milliers et de milliers d'étoiles miroitent à l'extrémité des branches. Visualise tout cela dans les moindres détails ; compte les étoiles en gardant un nombre qui ait un sens à ton mental. Tu te tiens respectueusement debout sous un Arbre de Noël d'une immensité indescriptible. Ces lumières brillent pour la plus haute des célébrations : tu es né à toi-même, tu t'es donné à toi-même comme cadeau. Ne devrais-tu pas être reconnaissant ?

Étends les bras et lance le « Notre Père »[191] lentement et solennellement vers le ciel éclatant.

B – La chambre nuptiale de Dieu. L'Univers entier est cette chambre. Toute la Vie infinie dans l'immensité radieuse est la célébration constante des Noces de l'Unité glorifiée, où l'homme et la femme s'étreignent. L'homme et la femme sont les pôles qui maintiennent la Vie dans le Mouvement. Chaque lumière que tu vois est un chant de triomphe de l'Un Aimé, au-delà de l'Espace Infini. Comprends et sens cela : Dieu est Amour !

Toi aussi tu es tombé de cet Immense Arbre qu'est l'Univers, tel un fruit, pour que tu puisses servir l'Amour sublime. Sans cet Amour, tu ne serais pas. Sans cet Amour, tu n'existerais pas. En cela réside toute ta destinée, choisie et acceptée par toi. « *Celui qui demeure dans l'Amour demeure en Dieu et Dieu demeure en lui* ».[192] Imprègne-toi de ces pensées. Permets-leur de te pénétrer profondément. Commence alors l'exercice suivant.

191. *NdT. – Ceux qui ne sont pas chrétiens peuvent réciter une prière liée à leur religion ou laisser sortir du cœur les mots de leur choix.*

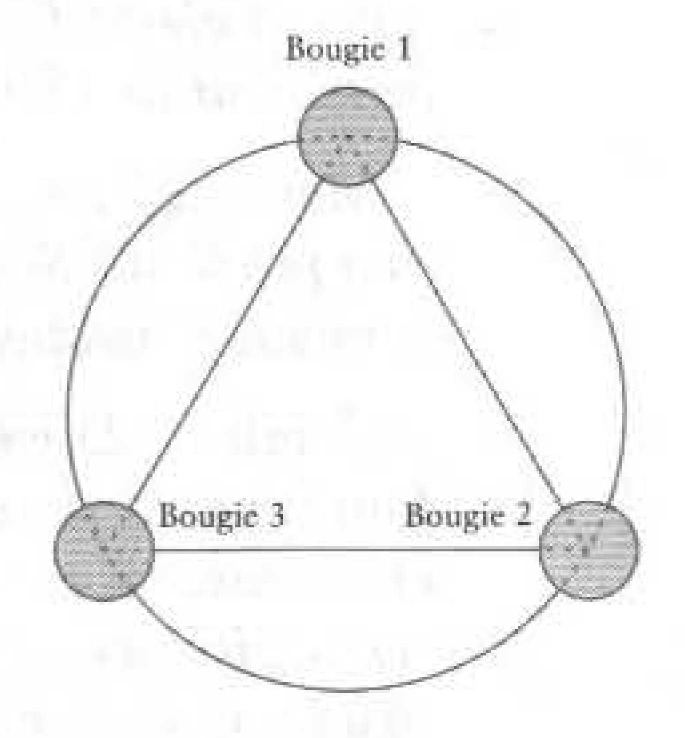
192. *NdT.* – « Et nous, nous avons connu l'amour que Dieu a pour nous, et nous y avons cru. Dieu est amour ; et celui qui demeure dans l'amour demeure en Dieu, et Dieu demeure en lui ». — *Jean 4 :16 Trad. Louis Segond.*

La Respiration des Étoiles ◄

Sans perdre de vue l'ensemble de ce tableau mental, visualise bien la plus belle constellation du ciel. Inhale lentement et laisse la pensée suivante te pénétrer aussi intensément que possible : « *Avec ce souffle j'inhale le Pouvoir d'Amour de l'Univers !* » Sois conscient que ton sang vient du sang des étoiles. Tiens compte du fait que, par la respiration, les courants cosmiques d'énergie passent dans ton système circulatoire et qu'ils deviennent immédiatement le sang et la chair qui te constituent. Tiens compte du fait qu'a travers cette « respiration d'étoiles » tu es intégré de manière indissociable à la grande chaîne du cycle universel. Laisse ces mots naître en toi : « *Un avec Toi, Dieu très Saint !...* ».

La Communion de minuit ◄

Quand toutes les voix du jour se sont tues, ton Âme doit être éveillée. Quand la Mère Glorifiée étend Ses mains, ton cœur doit écouter.



Transforme discrètement une petite table en un autel et mets sur celle-ci une nappe blanche ou noire. Dessine un cercle parfait avec un fusain ou un crayon et dans ce cercle trace un triangle équilatéral de telle sorte que ses pointes touchent le cercle. Place une bougie blanche à chacun de ces trois points de contact.

Au point central du cercle et du triangle mets un petit morceau de pain blanc de la quantité d'une bouchée et un verre de vin pour une gorgée.

CÉRÉMONIE

- Allume maintenant les trois bougies tandis que tu parles d'une voix basse et solennelle :
  - *« Au nom du Père ! »* (Allume la première bougie) ;
  - *« Au nom du Fils ! »* (Allume la deuxième bougie) ;
  - *« Au nom du Saint-Esprit ! »* (Allume la troisième bougie).
- Agenouille-toi devant cet autel et immerge-toi dans la sainteté du moment et, d'une voix basse et pénétrante, dis :
  - *« Au commencement était le Verbe et le Verbe était avec Dieu. Il était au commencement auprès de Dieu ».* (Marque un temps d'arrêt)
  - *« Père Céleste, Créateur, Conservateur et Transformateur de l'Univers, Sois avec moi ! »*
  - *« Mère Céleste, Âme Sainte du Monde, Qui m'a porté sur Ses genoux depuis le Commencement, Sois avec moi ! »*
  - *« Ô Fils de Dieu, Crucifié par Sa propre Volonté, mort, descendu dans les profondeurs, et ressuscité en moi par la Volonté Divine, ressuscité des « morts », ressuscitant à la Béatitude, Qui a retrouvé sa Place dans la Maison du Père ! »*

  - *« Père très Saint, Mère très Sainte, avec Vous je suis uni dans la vie et la mort, je suis uni avec Vous pour toujours. »*
- Prends le pain, mange et dis : « *Ceci est mon corps, qui fut donné pour tous !* »
- Prends le vin, bois-le et dis : « *Ceci est mon sang, qui fut versé pour tous ! OM !* ».
- Reste pendant un moment dans un état de dévotion profonde, puis lève-toi, éteins les bougies et enlève le tissu avec le cercle.



RÉSUMÉ DES EXERCICES DU NIVEAU N° 7

1 – Exercices sur « notre corps et l'Univers » :
   A – Exercice du Pentagramme
   B – Le symbolisme des pieds et des mains
2 – La méditation sur les Lettres : *« Je suis le A et le O »*
3 – L'exercice de la Croix : « l'Eau Vivante »
4 – Exercice sur le renoncement
5 – Méditations sur l'Univers :
   A – L'Arbre Céleste :
   B – La chambre nuptiale de Dieu :
6 – Exercice : la Respiration des Étoiles
7 – La Communion de minuit



ÉPILOGUE ET APPEL

MON FRÈRE, NOUS AVONS VOYAGÉ sur un long chemin. Si tu m'as suivi depuis le début jusqu'à la fin de ce Cours, tu as alors amorcé un développement tant extérieur qu'intérieur qui, comme prévu, laissera des traces indélébiles dans ta vie. Tu as expérimenté une transformation mystique, une nouvelle naissance spirituelle qui, comme n'importe quelle naissance, est liée à la douleur et au sacrifice sans lesquels le Bien auquel nous aspirons ne peut pas être atteint.

J'ai essayé de te donner vraiment dans ces Lettres autant que ce que l'on peut donner à quelqu'un que l'on ne connaît pas. Je me suis exprimé aussi clairement qu'il est permis sur un sujet difficile et engageant ma responsabilité. Je suis très conscient du fait que beaucoup de choses ont été dites que tu ne peux lire qu'entre les lignes et que, si celles-ci sont prises au sérieux, elles ne peuvent pas être placées sans réserve entre toutes les mains.

Cependant, non seulement les livres ont leur destin mais ils ont aussi leurs bons anges. Cet ouvrage a été écrit avec le désir honnête d'aider le chercheur sincère mais il échappera sûrement au regard curieux de contemporains malhonnêtes qui y perdraient la vue. De plus, je l'ai écrit selon un point de vue purement psychotechnique[193] afin qu'une personne inapte (qui n'a pas été appelée) ne puisse atteindre ce Sanctuaire. L'admission à ce « Saint des Saints », Dieu soit loué,

ne peut être achetée, ni obtenue par la tromperie ou la contrainte ; elle peut seulement être facilitée par le sacrifice et, bien sûr, par le sacrifice le plus exigeant dont un être humain est capable. Celui qui a donc l'intention d'exploiter ces Lettres à des fins égoïstes et immorales, mordra la poussière ou se fera à lui-même le plus grand tort.

L'écho que ma tentative a trouvé n'est pas sans promesse. Beaucoup ont déjà commencé à fouler le difficile Chemin que j'ai indiqué. Parmi ces personnes, sera recrutée la Chevalerie invisible qui œuvrera dans le secret et formera les Gardiens du Bien dans des luttes futures à caractère spirituel. Partout, dans des pays entiers, où l'on parle l'allemand[194], surgissent des îlots dispersés, indépendants des frontières, représentant l'unité constante pour la lutte de la Lumière; ils sont inattaquables parce qu'ils ne sont pas organisés comme des alliances visibles.

Beaucoup plus grand, cependant, est le nombre de ceux qui ont accepté ces Lettres avec sympathie mais qui n'ont pas voulu s'obliger eux-mêmes à les mettre en pratique. La raison en est la résistance intérieure de « l'être humain moderne », soupçonneux, méfiant, étant contre tout ce qui semble être une obligation alors que la condition fondamentale de la réussite de ces exercices réside précisément dans une dévotion spontanée. Sur ce point, les circonstances extérieures entourant la pratique d'exercices ésotériques dressent des entraves sur le Chemin. Par exemple,

193. *NdT.* – « Discipline qui régit l'application aux problèmes humains des données de la Psychophysiologie et de la Psychologie expérimentale par l'emploi d'un ensemble de méthodes rigoureusement scientifiques » — *(PIÉRON, in Voc. de la Psychologie).*

194. *NdT. – Outre cette édition allemande reprise par les Éditions Dieter RÜGGEBERG [Postfach 13 08 44 – D 42035 Wuppertal Allemagne] il existe une édition en langue anglaise parue chez MERKUR PUBLISHING, Inc. [P.O. Box 171306 – Salt Lake City, UT 84117 – USA] qui publie également tous les livres de Franz BARDON.*

il est très difficile pour ceux qui sont mariés de pratiquer l'abstinence sexuelle pendant une longue période de temps. Toutefois, il s'agit là d'un exercice préliminaire à la transformation à laquelle on aspire car cette abstinence est absolument nécessaire mais je dois dire que cette étape est transitoire et on ne doit plus être aussi strict à ce sujet dès que l'Éveil Spirituel est atteint.

Aussi, tous ceux qui pensent que ces Lettres mènent à une extinction définitive de tout plaisir et qu'ils abordent ainsi un ascétisme permanent s'opposant à tout bien-être, se trompent-ils. C'est tout le contraire car la tentative, faite dans ce livre, est de mettre en avant les valeurs les plus profondes de la vie. Celui qui veut nager dans des eaux profondes doit, afin de les trouver, délaisser les marécages dans lesquels la plupart de ses semblables sont si gais, si satisfaits et pataugent totalement inconscients ; dès qu'il a atteint ce nouveau point de vue et qu'il a fermement vérifié cet ancrage sûr, il peut être volontiers joyeux avec ceux qui le sont, humain parmi les hommes, sans que, pour autant, cela soit compris comme une réouverture aux excès. Assurément, le « monde » et ses « plaisirs » n'auront plus pour lui la même signification qu'ils ont pour les autres.

D'ailleurs, c'est un fait bien établi que la faim est le meilleur cuisinier. Ceci s'adresse à tous ceux qui sont suralimentés, tous ceux qui ont ruiné leur estomac et leur foie ! Oui, le plus maigre brouet de la vie revêt des charmes nouveaux et imprévus, lorsque pour une fois rien n'est dans l'assiette !

Mon cher lecteur, il va de soi que ces Lettres sont imparfaites, comme tout ce qui est écrit par des mains humaines. À l'origine, j'avais projeté de les faire suivre d'une Huitième et d'une Neuvième Lettre pour estomper quelque peu cette imperfection. Cependant,

le temps de donner ce complément n'est pas encore venu. C'est pourquoi, ces Sept Lettres restent telles pour l'instant. J'ai, toutefois, fait attention de peaufiner leur contenu.

Je suis certain que personne ne les lira sans en tirer quelque avantage, même si cela n'est suivi d'aucune mise en application. Une vérité ou une autre sera gravée en lui et il ne sera plus dans l'errance. Notre âme provisoire[195] est malade et nécessite un médecin. Elle est malade de la folie de l'argent et de la compétition. Les nations, les classes sociales et les individus souffrent sévèrement à cause de cela.

Ce qui nous ferait du bien ce serait des îles calmes, loin de la vie quotidienne, où un sain équilibre relationnel entre les âmes serait établi de nouveau sur une base autre, stable et solide ; pas des « sanatoriums » où, à l'aide de courants électriques, de massages et de cures de repos, le corps — empli de péchés — est fortifié afin de pécher encore ; pas des établissements de soins psychanalytiques dont l'instrument principal est le démêlage systématique d'expériences et de désirs érotiques, plaçant un accent particulier sur l'animal, présent en l'homme, au lieu de vaincre celui-ci.

Je parle de cloîtres libres qui feraient leur la responsabilité de rééduquer et de rendre l'âme à sa propre nature élevée, de cloîtres libres dans lesquels celui qui est désillusionné et las du monde, en pèlerin de vie désirant ardemment Dieu et la Spiritualité, pourrait trouver refuge pour un temps (et non juste pour très peu de temps), avec l'assurance d'y établir un développement intérieur et une nouvelle philosophie de vie non-matérialiste qui seule lui apporterait la paix permanente. Je parle de poteaux indicateurs du bonheur, de maisons de tranquillité où l'on

195. *NdT. – Notre corps astral.*

offrirait toutes les méthodes de guérison et de remèdes transmis depuis la Sagesse Antique mais sous une forme moderne, telles la concentration appropriée, la contemplation, la méditation musicale, des rituels éclairant des Mystères vénérés et où les chercheurs seraient intérieurement glorifiés et fertilisés. Bref, je parle d'endroits où l'être humain d'aujourd'hui, totalement écervelé, pourrait trouver, dans l'amour fraternel, l'aide intérieure et extérieure dont il a un urgent besoin (et pas « l'amour des affaires, » ou ce que tu paies pour une chose de peu de valeur).

Je laisse échapper ces mots dans le monde pour que ceux-ci puissent frapper aux justes portes.

Je me demande si j'entendrai un écho ?



Ouvrages et articles du Dr Georg Lomer

I – Ouvrages

„Der Traumspiegel" *(1918, Gesamtauflage : 75 000)*

„Die Welt der Wahrträume" *(1919)*

„Lehrbriefe zur Weckung und Entwicklung höherer Seelenkräfte" *(1923)*

„Die Sprache der Hand" *(1924)*. Ein chirosophisches Lehrbuch

„Der Teufel im Tintenfaß" *(1925, neu 1951)*. Erkennung menschlicher Schwächen, Verbrechen und Krankheiten aus der Handschrift

„Sonnen-Evangelium" *(1926)*

„Das Hohelied des Himmels" *(1927, neu 1952)*

„Lehrbriefe zur geistigen Selbstschulung" *(1930)*

- – Réédité en Allemand par Dieter Rüggeberg *(1997)*
- – Édité en Anglais par Merkur Publishing, Inc.*(1997)*
- – Édité en Français par Alexandre Moryason *(2001)*

„Die Evangelien als Himmelsbotschaft" *(1930)*

„Das Schicksal im Namen" *(1932)*

„Die Große Heimkehr" *(1940)*

II – Articles sur l'Astrologie

"Astrologie – die atlantische Religion !" *(1956)*

„Astrologie und Heilkunde"

„Bismarck's Stern und Unstern" *(1953)*

„Christus – astrologisch gesehen" *(1955)*

„Das Hohelied des Himmels – Lehrstücke aus Klinik und Praxis" *(1953)*

„Das Horoskop als Zeit – und Raumgleichnis" *(1954)*

„Der Jahreslauf, der Sonnen-Sinn des Lebens" *(1959)*

„Die astrologische Sprache der Stoedtewappen" *(1929)*

„Die Pathologie des 12. Feldes (Schluá)**"** *(1950)*

„Die Prophetie der Finger" *(1956)*

„Die Sonnenzahl 25 und ihre Bedeutung" *(1950)*

„Die Zukunft der Astrologie" *(1937)*

„Ein Koenigswort" *(1954)*

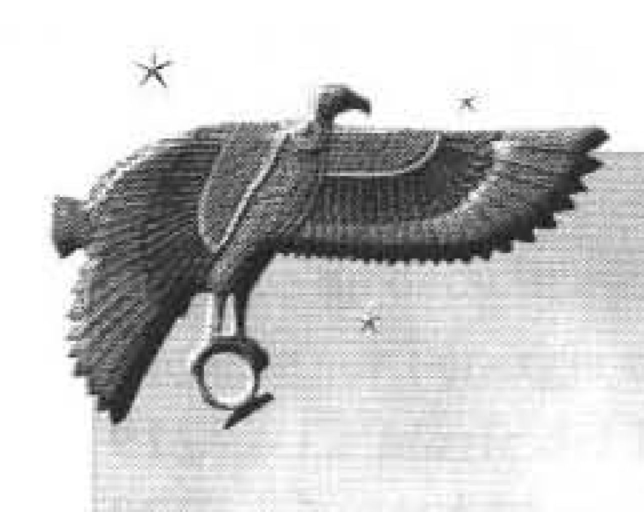
„Ein Mensch woechst in den Himmel" *(1957)*

„Fixsterne und Krankheiten“ *(1954)*
„In welchem Monat wird am meisten geheiratet ?“ *(1957)*
„Kleines Fixstern-Kolleg“ *(1954)*
„Kosmische Zahlen in der Natur“ *(1935)*
„Kosmo-Biologie als Hilfswissenschaft der Erblehre“ *(1939)*
„Kosmo-Biologie als Hilfswissenschaft der Erblehre (Schluá)“ *(1939)*
„Kosmobiologie – ein Hauptschlüssel zu den Evangelien“ *(1950)*
„Kosmobiologie als Hilfswissenschaft der Erblehre“ *(1938)*
„Kosmologischer Epilog (& Nachruf)“ *(1957)*
„Lebens – und Gesundheitspflege des Lewe-Menschen“ *(1927)*
„Lebens – und Gesundheitsregeln für Fische-Geborene“ *(1928)*
„Lebens – und Gesundheitsregeln fürJungfrau-Menschen“ *(1927)*
„Lebens – und Gesundheitsregeln für Krebs-Geborene“ *(1928)*
„Lebens – und Gesundheitsregeln für Schütze-Geborene“ *(1927)*
„Lebens – und Gesundheitsregeln für Skorpion-Geborene“ *(1927)*
„Lebens – und Gesundheitsregeln für Steinbock-Geborene“ *(1928)*
„Lebens – und Gesundheitsregeln für Stier-Geborene“ (1928)
„Lebens – und Gesundheitsregeln für Wassermann-Geborene“ *(1928)*
„Lebens – und Gesundheitsregeln für Zwillings-Geborene“ *(1928)*
„Mars ohne Maske – Der Krieg als Krankheit u.Sexualrausch“ *(1954)*
„Marswetter“ *(1925)*
„Neptun, der Herr der groáen Welle“ *(1931)*



SOMMAIRE





Éditions Alexandre Moryason
Boîte Postale 175
92406 - Courbevoie Cedex (France)
Site internet : www.moryason.com
Email : lomer@moryason.com

NOS AUTRES ÉDITIONS ET DISTRIBUTIONS

OUVRAGES DU MÊME AUTEUR EN LANGUE FRANÇAISE

Le Chemin de la Véritable Initiation Magique

PLUS QU'UN LIVRE, c'est là toute une somme sans précédent qui constitue le fondement de toute démarche sérieuse vers la Magie, c'est à dire la Doctrine Hermétique, tant dans ses aspects théoriques que pratiques.

Franz Bardon expose ce que sont le Macrocosme et le Microcosme, l'Univers et l'Homme, le vrai sens de la Magie, les Éléments et leurs pouvoirs, les plans de l'Être, les contacts avec la Divinité en soi et hors de soi, la respiration magique, la Magie de l'Eau, les condensateurs fluidiques, la maîtrise des fluides électrique et magnétique, les miroirs magiques, le voyage astral et mental, etc.



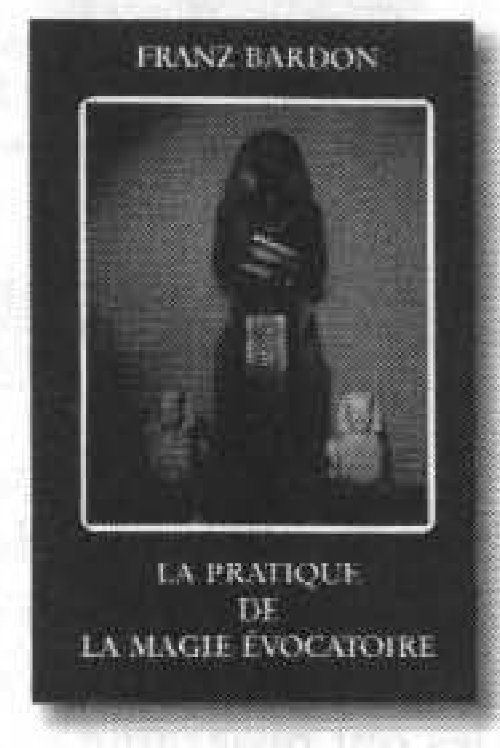
Ce chef-d'œuvre, écrit par un authentique Adepte, permet à l'Homme de s'harmoniser avec les Lois de l'Univers, de se connaître lui-même et d'atteindre ainsi les sommets de l'Esprit...

de Franz Bardon – *Traduction Alexandre Moryason*
ISBN : 2-9501459-4-9 — Relié avec tranchefile
463 pages — 13,5 x 20,5 cm — 570 gr

La Pratique de la Magie Évocatoire

CET OUVRAGE RÉVÈLE pour la première fois au monde les vrais sceaux de pouvoir et qualités de plus de 500 grandes « Intelligences » œuvrant dans notre système solaire dont font partie les « 72 Génies de la Kabbale ».

Première Partie : la Magie. Les instruments magiques : Le cercle, le triangle, le miroir, la lampe, le sceptre, l'épée, la couronne, les vêtements, la ceinture, le Pentacle, la Formule et le Sceau. Le livre des Incantations Magiques. La Magie Évocatoire et sa pratique.



Deuxième Partie : La Hiérarchie. Les Intelligences des Sphères planétaires : la Terre, la Lune, Mercure — et ses 72 Génies dits « de la Kabbale », Vénus, le Soleil, Mars, Jupiter et Saturne ; les sceaux détaillés de chacune de ces Entités ; Les Sphères au-delà de Saturne et la Magie des Sphères par voyage mental ; enfin, la véritable Magie Talismanique.

de Franz Bardon – *Traduction Alexandre Moryason*
ISBN : 2-9501459-5-7 — Relié avec tranchefile
496 pages — 13,5 x 20,5 cm — 610 gr

La Clé de la Véritable Kabbale

LA PUISSANCE des « Sons Universels », « le Verbe Créateur » par lequel tout vint à l'existence... Telle est la Clé de la Véritable Kabbale



Franz Bardon expose les Lois de l'Analogie Universelle, le Langage Cosmique, le Mot Magico-Kabbalistique, le Secret de la formation des Mantras et des Tantras ainsi que des Formules Magiques, la Force inhérente à chaque Son Universel permettant d'élaborer des Incantations entières et complètes, à caractère kabbalistique afin d'acquérir la maîtrise sur le Plan physique ou matériel, sur le

Plan astral ou psychique et sur le Plan mental. Une véritable Révélation qui va au-delà des Secrets contenus dans les Tantras, si jalousement gardés dans le lointain Orient.

Cette connaissance unique, révélée par un authentique Adepte, n'a pas son égal dans la littérature Ésotérique tant orientale qu'occidentale.

DE FRANZ BARDON – *Traduction Alexandre Moryason*
ISBN : 2-9501459-3-0 — Relié avec tranchefile
254 pages — 13,5 x 20,5 cm — 365 gr

FRABATO, LE MAGICIEN

LE RÉCIT VOILÉ ET PUDIQUE d'une partie de la vie même de Franz Bardon. Ce livre révèle, entre autre, ce que sont, au XXe siècle, les loges de magie noire, comment elles attaquent les vrais adeptes, comment elles ont programmé depuis la nuit des temps la destruction de l'Humanité et occasionné les souffrances de celle-ci. Comment enfin, leur pouvoir est illusoire devant la Lumière de la Véritable Science Magique qui est essentiellement Divine !... Ce livre est poignant ; la discrétion et la simplicité de l'auteur sont un gage de ce qu'est un Maître.



À lire et à méditer absolument.

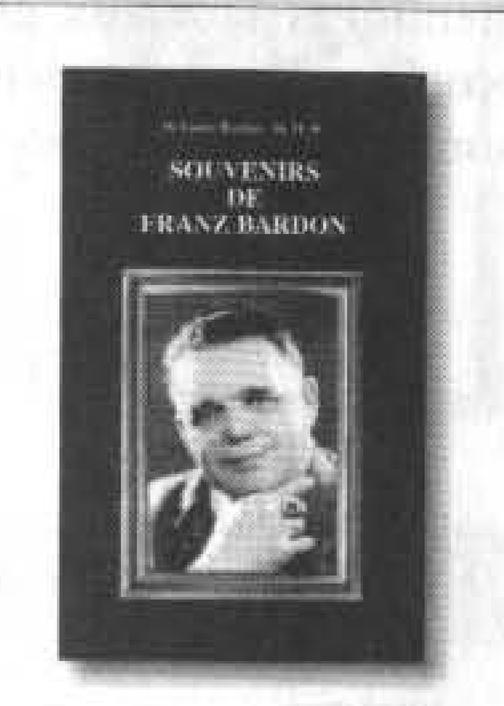
DE FRANZ BARDON – *Traduction Alexandre Moryason*
ISBN : 3-921338-09-3 — Broché
151 pages — 12,5 x 20 cm — 210 gr

Les ouvrages de Franz Bardon existent également en éditions anglaise, allemande, espagnole, hongroise, portugaise, russe et tchèque.

Pour toute information s'adresser à : ***Dieter Rüggeberg Éditeur*** *en Allemagne*
Téléphone Fax : **(49) 202 59 28 11**
Adresse postale : Verlagsbuchhandlung Dieter Rüggeberg
Postfach 13 08 44,
D-42035 Wuppertal

SOUVENIRS DE FRANZ BARDON

LA BIOGRAPHIE SI HUMAINE et si « divine » de ce grand Adepte par ceux qui l'ont approché. Ses épreuves, ses souffrances, sa Connaissance exceptionnelle. Son fils, le docteur Lumir Bardon nous offre ici une image aussi touchante que la profondeur recelée par la simplicité de la narration.



Des perles d'une vie de Sagesse

DE LUMIR BARDON & DR M. K. – *Trad. Alexandre Moryason*
ISBN : 3-921338-19-0 — Broché
120 pages — 12,5 x 20 cm — 194 gr

LA LUMIÈRE SUR LE ROYAUME
OU PRATIQUE DE LA MAGIE SACRÉE AU QUOTIDIEN

UNE DES APPROCHE DES PLUS SÉRIEUSES et claires, tant en théorie qu'en pratique, de la Magie Divine mise à la portée de tous et offrant des possibilités de réalisations au moyens de Rituels d'une efficacité extrême et dépourvu de danger.

◆ La Tradition Ésotérique Occidentale ◆ La Loi des Nombres ◆ La Kabbale pratique ◆ La Magie Christique ◆ La Magie Égyptienne ◆ Le Pouvoir Magique ◆ Les quatre Éléments ◆ Comment transformer un thème astrologique maléficié à la naissance ◆ Comment s'harmoniser avec toutes les planètes ◆ L'Alchimie des Équinoxes : un Rituel de Magie Égyptienne adapté à notre mode de vie ◆ Rituel de la Bonne Mort ◆ Le contact avec la Force Suprême dirigeant notre



Système Solaire : la Constellation de Sirius, Rituel Isiaque ◆ Et en fin d'ouvrage, 15 Rituels permettant de résoudre, selon la Loi Cosmique, les principaux problèmes concrets de l'existence (sentimentaux, financiers, professionnels, etc.) ◆ Les Ordres Initiatiques authentiques face aux groupes « noirs » planétaires (et comment se protéger de ces derniers) ◆ Ce que sont « Les Maîtres de Sagesse » : hommage à la Grande Loge Blanche.

D'ALEXANDRE MORYASON
ISBN : 2-9501459-0-6 — Relié avec tranchefile et signet
523 pages — 15 x 21 cm — 860 gr

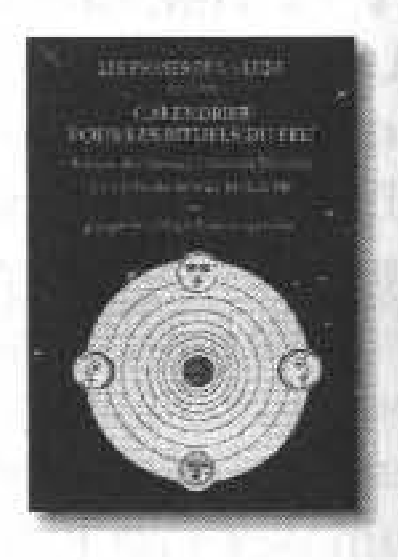
CASSETTE DE PRONONCIATION DES NOMS DIVINS



UN OUTIL TRÈS UTILE à la pratique des Rituels contenus dans le livre « La Lumière sur le Royaume » : sur une musique inspirante, les Noms de Pouvoir que sont les Noms Divins seront mieux prononcés et émettront ainsi la vibration requise à une bonne mise en place rituelle.

CASSETTE AUDIO DOLBY STÉRÉO — BANDE CHROME

CALENDRIER DES LUNES POUR LES RITUELS DU FEU

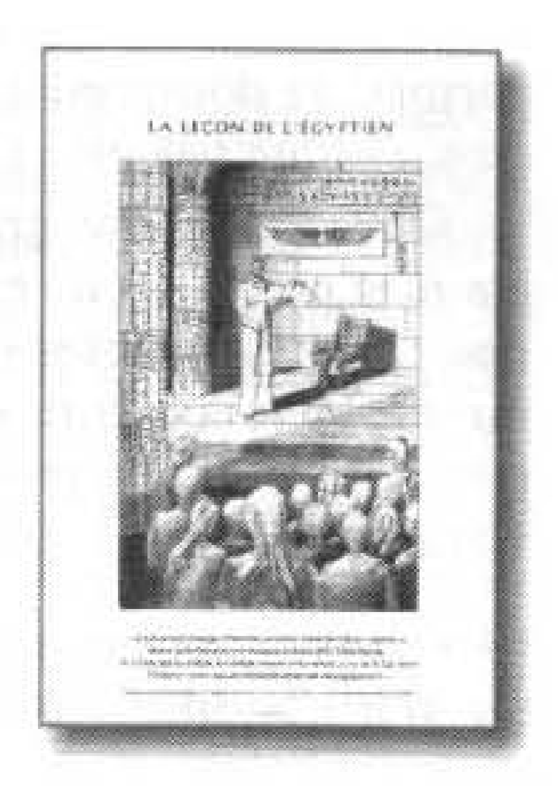


CE FASCICULE d'une vingtaine de pages est extrêmement pratique pour ceux et celles qui pratiquent les Rituels du Feu contenu dans « ***La Lumière sur le Royaume*** ».

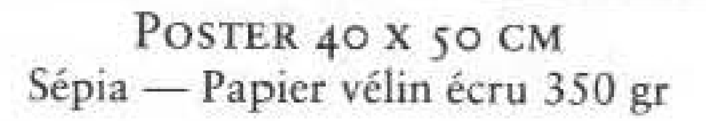
Il contient, après un bref rappel de ce que sont les phases lunaires, les dates exactes pour commencer chaque Rituel sur une période de huit ans.

ISBN : 2-9501459-1-4 — Broché
28 pages — 10,5 x 15 cm — 20 gr

« LA LEÇON DE L'ÉGYPTIEN »



REPRODUCTION en 40 x 50 cm de l'inspirante gravure illustrant le chapitre « *La Leçon de l'Égyptien — Les Nombres, Lois de l'Univers : Fondement de la Théurgie* » *contenu dans* « ***La Lumière sur le Royaume*** ».


POSTER 40 X 50 CM
Sépia — Papier vélin écru 350 gr

MANUEL PRATIQUE DE VOYANCE

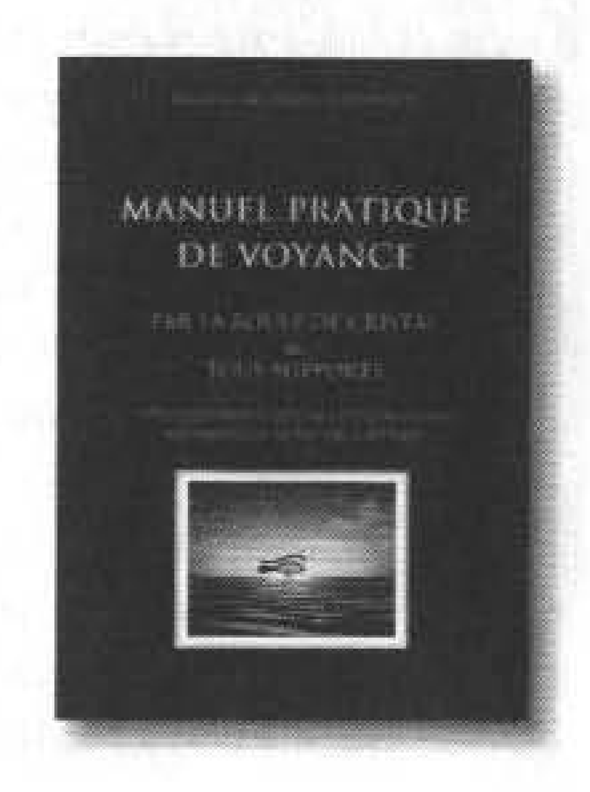
PAR LA BOULE DE CRISTAL & TOUS SUPPORTS

DÉVELOPPEMENT DES FACULTÉS OCCULTES

MÉTHODES ET RITES ÉVOCATOIRES

L'AUTEUR NOUS OFFRE UN OUVRAGE qui dépasse le simple constat de l'existence de la voyance pour introduire le lecteur dans la compréhension véritable de ce que sont ces facultés dites paranormales au regard des Plans universels et de l'ensemble des vibrations zébrant l'atmosphère terrestre au sein desquelles nous devons essayer de voir, d'entendre et de sentir...

Navigation ardue sur cet océan d'énergies, la captation des mondes invisibles, inaudibles et inodores — pour les sens physiques — s'éclaire d'une connaissance fine et profonde : descendant de la théorie la plus explicite à la pratique la plus efficiente, l'auteur révèle bien des mystères sur l'Électromagnétisme et ses manifestations multiples, cause de tous les phénomènes cosmiques, notamment de celui qui a trait à la voyance par la boule de cristal.



La problématique engendrée par les notions antinomiques et coexistantes — Libre arbitre / Fatalité ou Liberté / Karma — est très bien traitée et un aperçu sur ce que sont les Prophéties et les possibilités de l'action humaine dans le déroulement des anneaux du Temps nous

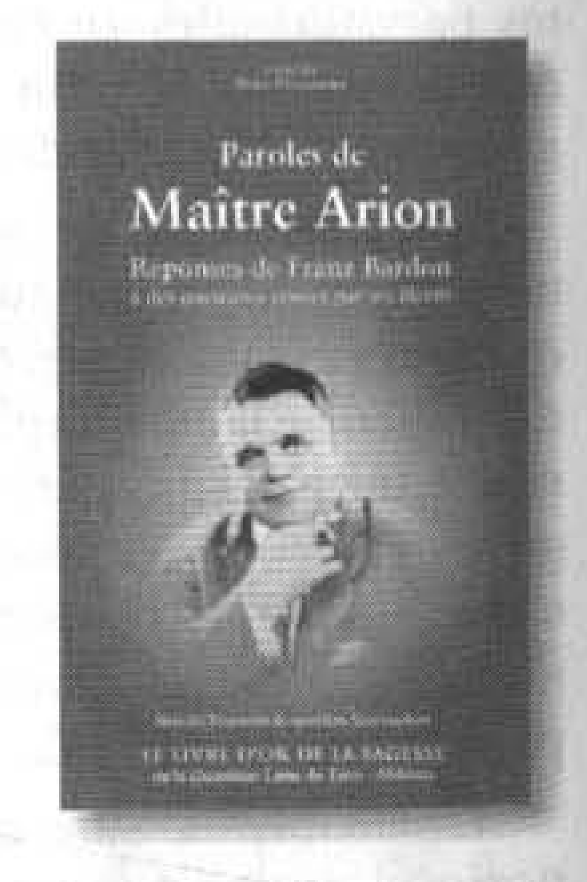
permet de comprendre ce qu'elles ont été et ce qu'elles peuvent être... ou ne pas être !

Ouvrage d'une grande pédagogie, accompagné de tableaux clairs et précis sur les exercices à faire pour développer nous-mêmes nos facultés secrètes endormies, ce Manuel pratique de voyance mérite bien son titre et deviendra vite indispensable aussi bien à ceux qui ne sont pas encore voyants qu'à ceux qui exercent la voyance en cabinet professionnel.

D'EMMANUEL ORLANDI DI CASAMOZZA
ISBN : 2-9508932-0-1 — Broché 480 pages — 15 x 21 cm — 697 gr

PAROLES DE MAÎTRE ARION
RÉPONSES DE FRANZ BARDON
À DES QUESTIONS POSÉES PAR SES ÉLÈVES
SUIVI DES FRAGMENTS DU QUATRIÈME OUVRAGE INACHEVÉ
« LE LIVRE D'OR DE LA SAGESSE »
OU LA QUATRIÈME LAME DU TAROT – ALCHIMIE DE FRANZ BARDON

PAROLES DE MAÎTRE ARION : ces Enseignements originaux et complémentaires à ceux délivrés dans les trois principaux ouvrages de Franz Bardon — « *Le Chemin de la Véritable Initiation Magique* », « *La Pratique de la Magie Évocatoire* » et « *La Clé de la Véritable Kabbale* » — proviennent de notes prises, à Prague au début des années 1950, par un groupe de ses élèves. C'est donc ***une Connaissance, tant théorique que pratique, qui est présentée ici sous forme de Questions et de Réponses*** ; elle sera sans aucun doute une source d'encouragement et d'inspiration très enrichissante pour ceux et celles qui étudient et mettent en pratique les écrits fondamentaux du Maître.



LE LIVRE D'OR DE LA SAGESSE – **La IV° Lame du Tarot - Fragments** : ce livre devait traiter de manière exhaustive du « fonctionnement » du Quaternaire dans tous ses aspects : celui du Microcosme ou « Petit Quaternaire » dans les Mondes Mental, Astral et Physique individuels ; et celui du *Macrocosme ou « Grand Quaternaire »* qui représente l'Univers créé dans lequel, tout ce qui existe est revêtu d'une forme, d'un corps, aussi subtile que soit sa Substance. ***Aussi, cet ouvrage concerne-t-il plus particulièrement les Lois Universelles régissant la Substance qui tisse ces corps multiples et notamment nos corps, corps physique inclus.***

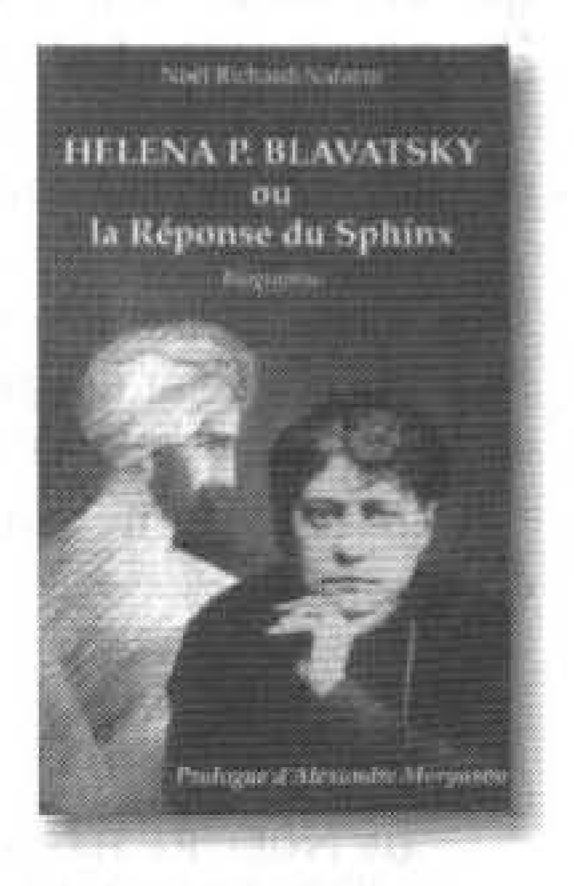
Nous pouvons donc comprendre pourquoi cet ouvrage devait traiter d'***Alchimie***, Art relatif au travail sur et avec la Substance, selon ces Saintes Lois. Toutefois nous n'en avons que des « fragments « (très précieux) car les bandes enregistrées furent réquisitionnées lorsque Franz Bardon fut arrêté en 1958. *On pense qu'elles ont été détruites par la police.*

PRÉSENTÉ PAR D. RÜGGEBERG – *Trad. Alexandre Moryason*
ISBN : 2-9501459-2-2 — Broché
200 pages — 12,5 x 20 cm — 230 gr

AUTRES ÉDITIONS ET DISTRIBUTIONS

HELENA PETROVNA BLAVATSKY
OU LA RÉPONSE DU SPHINX

LA BIOGRAPHIE de celle qui révéla les liens les plus authentiques unissant la Sagesse Antique aux Philosophies orientales...



La bibliographie la plus documentée en langue française écrite par un historien, notes et archives à l'appui. Un document solide pour aborder ensuite l'étude de la Théosophie, cette « Sagesse Divine » exhumée et dévoilée par cette grande Initiée russe du siècle dernier.

Enfant médium, mariée à 17 ans, cette aristocrate s'enfuit pour chercher l'aventure de Saint-Petersbourg aux bords du Nil, des vallées du Pérou à New York, de Londres à Bombay.

Révolutionnaire, on la trouve aux côtés de Garibaldi dans la lutte de l'Italie contre la papauté. Gandhi affirme que sa rencontre avec elle éveillera sa mission de Libérateur de l'Inde...

Un demi-siècle avant les voyages d'Alexandra David-Neel, le Tibet ouvre à Helena Petrovna Blavatsky les portes de ses sanctuaires secrets : elle proclame qu'ils sont la retraite de « Maîtres de Sagesse », gardiens d'une « Connaissance occulte » immémoriale. Dès lors, elle entreprend d'exposer les Arcanes et étonne son entourage en accumulant les prodiges. Les uns crient à l'imposture, d'autres voient en elle une authentique missionnée... Dans tous les cas, son Œuvre est monumentale : « La Doctrine Secrète » reste et restera la somme le plus fabuleuse qui ait été écrite dans le domaine des Sciences Occultes... véritablement « occultes »...

Il aura fallu attendre la seconde moitié du XXe siècle pour que soit levé le doute sur l'authenticité de son « Initiation » :

Le Panchèn Lama et un membre du Conseil du Dalaï lama reconnaîtront qu'elle avait « incontestablement reçu un enseignement lamaïque élevé, ainsi qu'elle le prétendait ». D. T. Suzuki témoigne, comme aujourd'hui le tibétologue David Reigle, que l'Enseignement reçu de ses Maîtres était « l'aspect le plus profond des enseignements du Mahâyâna et qu'elle a ensuite révélé ce qu'elle a jugé sage de donner au monde occidental sous le nom de Théosophie... ».

Dans les années 1960, une personne se présenta au Centre d'Adyar en précisant qu'elle ignorait tout de la Théosophie et de la Société mais qu'elle voulait absolument connaître cet endroit, compte tenu du fait que son oncle avait toujours eu sur son bureau un exemplaire de la Doctrine Secrète. Cet oncle n'était pas un inconnu : Albert Einstein...

L'astronome Camille Flammarion, Thomas Édison et le chimiste et physicien William Crookes devinrent ses disciples et amis.

Son inspiration sera reconnue par des écrivains de la dimension de W.B. Yeats, James Joyce, D.H. Lawrence, T.S. Eliot, George Russell et Henry Miller, par des peintres comme Klee, Piet Mondrian, Malevitch ou Kandinsky, un musicien comme Scriabine.

« Mes livres ne seront compris qu'à la fin du prochain siècle », disait-elle.

Nous y sommes...

DE NOËL RICHARD-NAFARRE (Prologue d'Alexandre Moryason)
ISBN 2-9506261-0-6— Broché – Format 15x24 cm — 672 pages
Distributeur : DG Diffusion Tél : 05.61.00.09.99 Fax : 05.61.00.23.12

NOTES PERSONNELLES

Achevé d'imprimer sur les presses
de l'Imprimerie du Corrézien
19460 NAVES
Imprimé en France - Mai 2003
N° impression : 1851
Dépôt légal : 3e trimestre 2001